FII CEEA CE EŞTI

Volum editat de David Godman



RAMANA MAHARSHI

„Acela în care toate aceste lumi par să existe necontenit, acela pentru care toate aceste lumi sunt o posesiune, acela din care se ivesc toate aceste lumi, cel pentru care există toate acestea, acela prin intermediul căruia toate aceste lumi au ajuns să fie și acela care este cu adevărat toate acestea – doar acela este realitatea care există. Să prețuim acest Sine, care este realitatea, în Inimă."

Sri Ramana Maharshi

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
MAHARSHI, RAMANA
Fii ceea ce eşti / Ramana Maharshi; vol. ed. de David Godman; trad. din lb. engleză de Marian Stan. – Ed. a II-a – Bucureşti: Herald, 2023
ISBN 978-630-6550-49-4
I. Godman, David (ed.)
II. Stan, Marian (trad.)
29

Be As You Are. The teachings of Sri Ramana Maharshi.
Original English language edition first published by Penguin Books Ltd, London in 1985.

Ramana Maharshi

Fii ceea ce ești

Volum editat de

DAVID GODMAN

Traducere din limba engleză de

MARIAN STAN

I Am !

EDITURA HERALD
București

Redactor:
Alexandru Anghel

Consultant specialitate:
Viorica Weissman

Viziune grafică:
Codruț Radu

DTP
Codruț Radu

Corectură:
Elena Anca Coman

MULŢUMIRI

Ashramului Sri Ramana pentru permisiunea de a retipări fragmente din cele mai multe cărţi menţionate în bibliografie.

Editurii Rider & Co., Londra, pentru permisiunea de a retipări un fragment din volumul *A Search in Secret India.*

Lui Sadhu Om pentru permisiunea de a retipări materiale din volumul The Path of Sri Ramana şi pentru permisiunea de a folosi şi adapta traducerile sale nepublicate din scrierile lui Sri Ramana Maharshi şi Guru Vachara Kovai.

Lui Michael James pentru ajutorul acordat în adaptarea versetelor din Guru Vachara Kovai şi pentru sfaturile constructive pe care mi le-a dat pe întreaga durată a pregătirii acestei cărţi.

Introducere

În 1896, un elev în vârstă de 16 ani și-a părăsit familia și, animat de o dorință nestăvilită, a ajuns în cele din urmă la Arunachala, muntele sacru și centrul de pelerinaj din sudul Indiei. Imediat după sosire, acesta s-a debarasat de toți banii și lucrurile pe care le avea, abandonându-se unui nou mod de percepție, care l-a făcut să descopere că natura lui reală era conștiința lipsită de formă și imanentă. Era atât de intens absorbit în această stare de conștiință, încât își ignora complet propriul trup și lumea; insectele au început să-i roadă picioarele, iar corpul i s-a șubrezit deoarece nu era decât arareori într-o stare de conștiință care să-i permită a se hrăni, părul și unghiile crescându-i până la dimensiuni stânjenitoare. După doi sau trei ani în această stare, și-a redobândit lent normalitatea fizică, proces care nu s-a încheiat decât după câțiva ani. Percepția de sine ca pură conștiință nu a fost influențată de această transformare fizică, ea continuând fără întrerupere și cu aceeași intensitate tot restul vieții. În limbaj hindus, el „realizase Sinele"; cu alte cuvinte, cunoscuse printr-o experiență directă că nu există nimic în afară de o conștiință indivizibilă și universală care era resimțită, în forma ei nemanifestată, ca ființare pură sau conștiență, iar în forma ei manifestată, ca aparență a universului.

De regulă, această percepție este dobândită doar după o lungă și anevoioasă perioadă de practică spirituală, dar în cazul de față ea s-a ivit spontan, fără vreun efort sau vreo dorință în acest sens. Venkataraman, școlarul de 16 ani, era singur în camera de la etaj din casa unchiului său, aflată la Madurai (în apropiere de extremitatea sudică a Indiei), când a fost copleșit brusc de o intensă teamă de moarte. În următoarele câteva minute, a traversat experiența unei morți simulate în timpul căreia a conștientizat pentru prima dată faptul că natura sa reală era nepieritoare și că nu avea legătură cu trupul, sufletul sau personalitatea. Mulți oameni au relatat experiențe similare, dar, aproape invariabil, ele sunt temporare. În cazul lui Venkataraman, experiența a fost permanentă și ireversibilă. Din acea clipă, el a încetat să se mai perceapă ca o persoană individuală, iar acest tip de percepție nu a mai apărut niciodată.

Venkataraman nu a povestit nimănui experiența avută și vreme de șase săptămâni s-a prefăcut a fi un școlar ca oricare altul. Totuși, acest rol i-a fost tot mai greu de jucat, iar la capătul celor șase săptămâni, și-a părăsit familia și a plecat direct spre muntele sacru Arunachala.

Alegerea muntelui Arunachala nu a fost deloc întâmplătoare. Pe tot parcursul scurtei sale vieți asociase mereu numele de Arunachala cu Dumnezeu și a fost o adevărată revelație pentru el să descopere că nu era vorba despre vreun tărâm celest, ci de un loc de pe pământ. De multă vreme, hindușii considerau muntele ca pe o manifestare a zeului hindus Shiva, iar Venkataraman spunea adesea că puterea spirituală a lui Arunachala a fost cea care l-a făcut să realizeze Sinele. El îndrăgea atât de mult acest munte încât, din ziua când a sosit, în

1896, până când a murit, în 1950, nu s-a îndepărtat niciodată la o distanță mai mare de 3 kilometri de la poalele lui.

După câțiva ani petrecuți pe versanții lui, modalitatea de percepție pe care o avea a început să se manifeste ca iradiere spirituală în exterior. Această iradiere a atras un mic cerc de discipoli și, chiar dacă Venkataraman rămânea tăcut mai tot timpul, a început să-i învețe pe ceilalți. Unul dintre primii săi discipoli, impresionat de sfințenia și de înțelepciunea pe care le vădea tânărul, a hotărât să-i dea numele de Bhagavan Sri Ramana Maharshi – Bhagavan înseamnă Domn sau Dumnezeu, Sri este un titlu onorific indian, Ramana este o contragere a numelui Venkataraman, iar Maharshi înseamnă „mare văzător" în sanscrită. Numele a plăcut celorlalți discipoli, devenind nu peste mult timp titlul sub care el a fost cunoscut în lume.

În această etapă a vieții sale, Sri Ramana vorbea foarte puțin, iar învățăturile sale erau transmise într-o modalitate neobișnuită. În loc să dea instrucțiuni verbale, el emana constant o forță tăcută care liniștea mințile celor aflați în rezonanță cu ea, dându-le, uneori, experiența directă a stării în care el însuși era cufundat mereu. Cu trecerea anilor, Ramana a devenit mai dornic să ofere învățături pe cale verbală, însă chiar și atunci, învățăturile tăcute se aflau tot timpul la dispoziția celor capabili să le folosească așa cum se cuvenea. De-a lungul întregii sale vieți, Sri Ramana a insistat că fluxul tăcut de putere îi reprezenta învățăturile în forma lor cea mai directă și concentrată. Importanța acestui aspect este sugerată de frecventele sale afirmații care lăsau să se înțeleagă că învățăturile sale verbale erau destinate doar celor care nu puteau să-i înțeleagă tăcerea.

Cu trecerea anilor, el a devenit din ce în ce mai faimos, în jurul lui formându-se o adevărată comunitate. Mii de vi-

zitatori veneau să-l vadă, în ultimii 20 de ani de viaţă fiind considerat cel mai popular şi venerat sfânt al Indiei. Unii dintre aceşti vizitatori erau atraşi de pacea pe care o simţeau în prezenţa lui, alţii de modul concludent în care îi călăuzea pe căutătorii spirituali şi interpreta doctrinele religioase, iar alţii veneau pur şi simplu pentru a-i împărtăşi problemele. Indiferent de motivele pentru care veneau, aproape toţi cei ce intrau în contact cu el erau impresionaţi de simplitatea şi smerenia lui. Ramana se punea la dispoziţia vizitatorilor 24 de ore pe zi, locuind şi dormind într-o sală accesibilă tuturor, singurele lucruri pe care le poseda fiind o bucată de pânză purtată în jurul coapselor, un urcior pentru apă şi un baston. Chiar dacă mii de oameni îl venerau ca pe un Dumnezeu în carne şi oase, el nu îngăduia nimănui să îl trateze ca pe cineva deosebit, refuzând să accepte orice lucru de care nu se puteau bucura în egală măsură toţi cei din ashramul lui. Ramana a luat parte la muncile din comunitate şi vreme de mulţi ani s-a trezit la 3 dimineaţa pentru a pregăti hrana celor ce locuiau în ashram. Simţul echităţii pe care îl dovedea era legendar. Când veneau vizitatorii să-l vadă – şi nu conta dacă erau personalităţi, ţărani sau animale – ei erau trataţi cu acelaşi respect şi consideraţie. El avea grijă ca până şi arborii să fie trataţi astfel, descurajându-şi discipolii care doreau să culeagă flori sau să rupă frunze, asigurându-se ca fructele luate din arborii ashramului să fie culese provocând copacilor cea mai mică suferinţă posibilă.

În toată această perioadă (1925-50), viaţa ashramului a gravitat în jurul micii săli unde Sri Ramana locuia, dormea şi îşi primea discipolii. El îşi petrecea ziua aşezat într-un colţ, radiind puterea sa tăcută şi răspunzând simultan la întrebările venite din partea vizitatorilor ce nu încetau să sosească din

toate părţile globului. El nu-şi aşternea decât arareori ideile pe hârtie, astfel că replicile pe care le dădea în această perioadă a vieţii sale (de altfel, perioada din care avem cele mai multe mărturii) reprezintă cea mai bogată sursă de informaţii aflată încă la dispoziţia noastră.

Aceste învăţături orale erau cât se poate de concludente, ele provenind dintr-o cunoaştere nemijlocită a faptului că singura realitate existentă este conştiinţa. Prin urmare, toate explicaţiile şi instrucţiunile sale erau croite special pentru a-i convinge pe discipoli că aceasta era starea lor reală şi firească. Puţini discipoli erau în stare să asimileze acest adevăr în forma sa cea mai înaltă şi nediluată, aşa că Ramana îşi adapta deseori învăţăturile pentru a corespunde înţelegerii mărginite a oamenilor care veneau să-i ceară sfaturi. Iată de ce se pot distinge multe niveluri ale învăţăturilor sale. La nivelul cel mai înalt care poate fi exprimat în cuvinte, el putea să spună că numai conştiinţa există. Dacă această învăţătură era primită cu scepticism, el spunea că percepţia adevărului era umbrită de ideile autolimitante ale minţii şi că realitatea conştiinţei va ieşi la iveală dacă aceste idei ar fi abandonate. Cei mai mulţi dintre discipolii săi considerau că o asemenea abordare elevată era puţin prea teoretică – ei erau atât de profund cufundaţi în idei autolimitante, încât Ramana îi încuraja să creadă că simţeau că adevărul legat de conştiinţă li se va revela doar după ce se vor supune unei îndelungi practici spirituale. Pentru a mulţumi asemenea oameni, Sri Ramana recomanda o metodă novatoare de atenţie de sine pe care o numea investigarea de sine. El a recomandat această tehnică atât de frecvent şi cu atâta insistenţă, încât mulţi oameni o consideră elementul specific al învăţăturilor sale.

Chiar și așa, mulți oameni nu erau mulțumiți, continuând să ceară sfaturi și alte metode și încercând să-l angreneze în discuții filosofice de factură teoretică. Cu astfel de oameni, Sri Ramana își abandona vremelnic perspectiva absolută și dădea sfaturile adecvate la nivelul la care i se cereau. Dacă, în aceste împrejurări, el părea să accepte și să aprobe multe dintre concepțiile greșite pe care mulți vizitatori le aveau în legătură cu ei înșiși, era numai pentru a le atrage atenția asupra vreunui anumit aspect al învățăturilor sale care i-ar fi putut ajuta să înțeleagă mai bine adevăratele sale concepții.

Această metodă de a-și modifica învățăturile pentru a răspunde la nevoile unor oameni diferiți a dus inevitabil la multe contradicții. El putea, de exemplu, să spună cuiva că sinele individual este inexistent, iar apoi să ofere altcuiva o descriere detaliată a felului cum funcționează sinele individual, cum acumulează *karma* și cum se reincarnează. Un observator ar putea spune că, deși contradictorii, ambele afirmații pot fi adevărate când sunt privite din perspective diferite, dar este limpede că cea dintâi are o mai mare valabilitate când este privită din perspectiva absolută a experienței proprii pe care a avut-o Sri Ramana. Această perspectivă, rezumată de afirmația că numai conștiința există, este, în cele din urmă, singurul etalon cu ajutorul căruia putem evalua într-o manieră realistă adevărul relativ al afirmațiilor sale profund diferite și contradictorii. În măsura în care acestea din urmă se abat de la perspectiva absolută, putem presupune că ele sunt forme atenuate ale adevărului.

Ținând seama de asta, am încercat să structurez materialul prezentului volum astfel încât învățăturile sale cele mai elevate să fie prezentate la început, iar cele mai puțin importante

sau mai diluate, la sfârşit. Singura excepţie este un capitol în care Sri Ramana vorbeşte despre învăţăturile lui tăcute. Acest capitol s-ar fi cuvenit să fie mai pe la început, dar, din mai multe motive, am considerat că este mai potrivit să-l inserez pe la mijlocul cărţii.

M-am hotărât să structurez astfel cartea din două motive. Mai întâi, pentru a-i oferi cititorului o şansă de a estima importanţa ideilor prezentate. Al doilea – şi principalul – motiv are la bază faptul că aceasta era metoda de predare favorită a lui Sri Ramana. Când veneau la el diverşi vizitatori, Ramana încerca întotdeauna să-i convingă de adevărul celor mai înalte dintre învăţăturile sale. Doar dacă ei nu erau dispuşi să le accepte, răspunsurile sale se nuanţau şi începea să vorbească de la un nivel mai relativ.

Învăţăturile au fost prezentate sub forma unei serii de întrebări şi răspunsuri în care Sri Ramana îşi rezumă felul în care priveşte diverse subiecte. Fiecare capitol este dedicat unui subiect şi fiecare subiect este prefaţat de câteva comentarii introductive sau explicative. Întrebările şi răspunsurile care alcătuiesc cea mai mare parte a fiecărui capitol au fost preluate dintr-o multitudine de surse şi reunite astfel încât să dea impresia unei conversaţii coerente. Am fost obligat să folosesc această metodă deoarece nu există discuţii ample şi nefragmentare care să acopere întregul spectru al concepţiilor sale asupra unui anumit subiect. Pentru cei interesaţi, toate sursele citatelor care alcătuiesc conversaţiile sunt enumerate la sfârşitul cărţii.

De obicei, Sri Ramana răspundea întrebărilor într-una dintre cele trei limbi care se vorbesc în sudul Indiei: tamila, telugu şi malayama. Nu s-au făcut înregistrări pe bandă de

magnetofon, cele mai multe dintre răspunsurile lui fiind scrise la repezeală în engleză de către interpreţii lui oficiali. Deoarece unii dintre aceşti interpreţi nu cunoşteau foarte bine limba engleză, unele transcrieri au fost presărate cu greşeli gramaticale sau scrise într-o engleză stilizată care îl face uneori pe Sri Ramana să sune ca un englez infatuat din perioada victoriană. M-am abătut de la textele publicate, corectând câteva dintre cele mai nefericite exemple de acest tip; în aceste cazuri, s-a schimbat doar modul de expresie, semnificaţia rămânând nealterată. De asemenea, am contras unele întrebări şi răspunsuri pentru a elimina material care se îndepărta prea mult de subiectul aflat în discuţie. În carte, întrebările sunt precedate de un „Î:" iar răspunsurile lui Sri Ramana de un „R:"

Textele originale de unde au fost extrase aceste discuţii sunt caracterizate de o mare abundenţă a majusculelor. Am eliminat cele mai multe dintre acestea, lăsând ca numai trei termeni să fie întotdeauna scrişi cu majuscule: Guru, Sine şi Inimă. Sri Ramana a folosit deseori aceşti termeni ca sinonime pentru conştiinţă iar ori de câte ori această semnificaţie este prezentă implicit am păstrat scrierea cu majusculă pentru a evita confuziile.

Găsim la sfârşitul cărţii un glosar complet al termenilor sanscriţi care nu sunt traduşi în text. Acelaşi glosar conţine, de asemenea, scurte descrieri ale unor oameni, locuri şi texte sacre menţionate în text şi care sunt mai puţin familiare. Uneori, Sri Ramana foloseşte termenii sanscriţi în modalităţi insolite. De câte ori procedează astfel în această carte, am ignorat definiţiile standard din dicţionare, dând în schimb o definiţie ce reflectă mai exact semnificaţia avută în vedere.

PRIMA PARTE

Sinele

Acela în care toate aceste lumi par să existe necontenit, acela pentru care toate aceste lumi sunt o posesiune, acela din care se ivesc toate aceste lumi, cel pentru care există toate acestea, acela prin intermediul căruia toate aceste lumi au ajuns să fie și acela care este cu adevărat toate acestea – doar acela este realitatea care există. Să prețuim acest Sine, care este realitatea, în Inimă.[1]

[1] S. Om (tr.), *The Original Writings of Sri Ramana, Ulladu Narpadu Anubandham*, verset de binecuvântare.

CAPITOLUL 1

Natura Sinelui

Esența învățăturilor lui Sri Ramana este transmisă în frecventele sale afirmații potrivit cărora există o singură realitate imanentă, resimțită nemijlocit de fiecare, o realitate care este în același timp sursa, substanța și adevărata natură a tot ce există. El îi dă câteva nume diferite, fiecare dintre ele indicând un aspect diferit al aceleiași realități indivizibile. Următoarea clasificare include toate sinonimele frecvent folosite de Ramana și explică implicațiile diferiților termeni utilizați.

1 *Sinele.* Acesta este termenul cel mai frecvent folosit. Ramana l-a definit spunând că, în ciuda experienței senzoriale, Sinele sau „Eul" real nu este o experiență a individualității, ci o conștiință impersonală și atotcuprinzătoare. El nu trebuie confundat cu sinele individual despre care Ramana spunea că este, de fapt, inexistent, fiind o construcție a minții care umbrește adevărata experiență a Sinelui Real. El susținea că Sinele real este întotdeauna prezent, fiind întotdeauna accesibil experienței noastre, dar nu uita să adauge că omul e conștient de Sine așa cum este el cu adevărat doar când tendințele autolimitante ale minții au încetat. Conștientizarea permanentă și continuă a Sinelui este cunoscută ca realizare a Sinelui.

2 *Sat-cit-ananda.* Acest termen sanscrit se traduce ca ființă-conștiință-beatitudine. Sri Ramana afirma că Sinele este ființă pură, o conștientizare subiectivă a lui „Eu sunt" care este complet lipsită de impresia că „eu sunt asta" sau „eu sunt aia". În Sine nu există subiecte sau obiecte, Sinele este doar o conștiință a ființei. Deoarece această percepție este conștientă, ea este cunoscută, de asemenea, drept conștiință. Experiența nemijlocită a acestei conștiințe este, potrivit lui Sri Ramana, o stare continuă de fericire, astfel că și termenul *ananda* sau beatitudine este folosit pentru a o descrie. Aceste trei aspecte – ființă, conștiință și beatitudine – sunt experimentate ca un tot unitar, și nu ca niște atribute separate ale Sinelui. Ele sunt inseparabile, așa cum umiditatea, transparența și fluiditatea sunt proprietăți inseparabile ale apei.

3 *Dumnezeu.* Sri Ramana susținea că universul este perpetuat prin puterea Sinelui. Cum, de regulă, teiștii atribuie această putere lui Dumnezeu, el folosea deseori cuvântul Dumnezeu ca sinonim pentru Sine. Tot astfel, Ramana folosea, de asemenea, cuvintele *Brahman,* ființa supremă din religia hindusă, și Shiva, un nume hindus al lui Dumnezeu. Dumnezeul lui Sri Ramana nu este un Dumnezeu personal, ci este o ființă lipsită de formă care perpetuează universul. El nu este creatorul universului, universul fiind doar o manifestare a puterii sale inerente; el este inseparabil de univers, dar nu este afectat de apariția sau dispariția lui.

4 *Inima.* Sri Ramana folosea deseori cuvântul sanscrit *hridayam* când vorbea despre Sine. De obicei, el este

tradus prin „Inimă", dar o traducere mai precisă ar fi „acesta este centrul". Folosind acest termen specific, el nu sugera că exista vreun loc anume sau vreun centru pentru Sine, el nu spunea decât că Sinele este sursa din care se manifestă toate aparenţele.

5 *Jnana.* Experienţa Sinelui este numită uneori *jnana* sau cunoaştere. Acest termen nu trebuie interpretat în sensul că există o persoană care posedă cunoaşterea Sinelui, deoarece în starea de conştientizare a Sinelui nu există vreun cunoscător localizat cu precizie și nu există nimic care este separat de Sine, ce poate fi cunoscut. Adevărata cunoaștere, sau *jnana,* nu este un obiect al cunoașterii sau o înțelegere a unei stări care este diferită sau separată de subiectul cunoscător; ea este o percepţie nemijlocită și avizată a unicei realități în care nu mai există subiecte și obiecte. Cineva care este ferm ancorat în această stare este cunoscut drept un *jnani.*

6 *Turiya și turiyatita.* Conform filosofiei hinduse, există trei niveluri relative de conştiinţă, niveluri ce alternează între ele: starea de veghe, somnul cu vise şi somnul profund (fără vise). Sri Ramana a afirmat că Sinele este realitatea subiacentă pe care se bazează aparenţa celorlalte stări temporare. Din această cauză, el se referă la Sine numindu-l uneori *turiya avashta* sau cea de-a patra stare. De asemenea, foloseşte câteodată cuvântul *turiyatita*, care înseamnă „dincolo de a patra", pentru a sugera că, de fapt, nu există patru stări, ci doar o singură stare transcendentă.

7 *Alți termeni.* E cazul să menționăm trei alți termeni care indică Sinele. Sri Ramana insista deseori că Sinele este starea ontologică reală și naturală a omului și, din acest motiv, folosea uneori termenii *sahaja sthiti*, care înseamnă stare naturală, și *swarupa,* care înseamnă formă sau natură reală. El folosea, de asemenea, cuvântul „tăcere" pentru a sugera că Sinele este o stare tăcută și lipsită de gânduri, o stare de pace netulburată și liniște absolută.

Î: *Ce este realitatea?*

R: Realitatea trebuie să fie întotdeauna reală. Ea nu are forme și nume. Ceea ce stă la baza tuturor acestora este realitatea. Ea este subiacentă limitărilor, ea însăși fiind nelimitată. Ea nu are hotar. Ea se află la baza irealităților, dar ea însăși este reală. Realitatea este ceea ce este. Ea este așa cum este. Ea este dincolo de cuvinte. Ea este dincolo de expresii precum „existență, non-existență" etc.[1]

Realitatea care este simpla conștiință ce rămâne când ignoranța este nimicită împreună cu cunoașterea obiectelor, doar ea este Sinele [*atma*]. În acea *Brahma-swarupa* [formă reală a lui *Brahman*], care este o conștientizare intensă a Sinelui, nu mai există nici urmă de ignoranță.

Realitatea care strălucește plenar, fără suferință și fără vreun corp, nu doar când lumea este cunoscută, ci și când lumea nu este cunoscută, este forma ta reală [*nija-swarupa*].

Strălucirea acestei conștiințe extatice, sub forma unei percepții ce radiază în egală măsură în interior și în exterior, este

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 123.

realitatea ultimă, realitatea beatitudinii primordiale. Forma ei este tăcerea, iar cei care au realizat Sinele spun că ea este starea finală a cunoaşterii adevărate [*jnana*], o stare căreia nimic nu-i poate sta în cale.

Să ştii că numai *jnana* este nonataşament; numai *jnana* este puritate; *jnana* este realizarea lui Dumnezeu; doar *jnana* care este lipsită de uitarea Sinelui este nemurirea; doar *jnana* este totul[1].

Î: *Ce este această stare de conştiinţă şi cum o putem dobândi şi cultiva?*

R: Tu eşti conştiinţă. Conştiinţa nu este decât un alt nume pentru tine. Deoarece eşti conştiinţă, nu este nevoie să o dobândeşti ori să o cultivi. Tot ceea ce trebuie să faci este să nu-ţi mai îndrepţi atenţia spre alte lucruri, adică spre non-Sine. Dacă nu mai eşti atent la ele, atunci rămâne doar percepţia pură, iar ea este Sinele[2].

Î: *Dacă Sinele este el însuşi conştient, de ce nu sunt conştient de el chiar acum?*

R: Nu există dualitate. Cunoaşterea ta din prezent este cauzată de eu şi este doar o cunoaştere relativă. Cunoaşterea relativă are nevoie de un subiect şi de un obiect, în vreme ce percepţia Sinelui este absolută şi nu are nevoie de obiect.

Memoria este şi ea relativă, având nevoie de un obiect care să fie amintit şi de un subiect care să-şi amintească. Când nu există dualitate, cine îşi aminteşte de cine?[3]

Sinele este mereu prezent. Fiecare vrea să cunoască Sinele. De ce fel de ajutor are nevoie cineva pentru a se cunoaşte

[1] Muruganar, *Guru, Vachaka Kovai*, vv. 1036, 1034, 901, 438.
[2] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 243.
[3] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 243.

pe sine? Oamenii vor să vadă Sinele ca pe ceva nou. Dar el este veşnic şi rămâne acelaşi tot timpul. Ei vor să-l vadă ca pe o lumină fulgerătoare etc. Cum ar putea el să fie aşa? El nu este lumină şi nu este întuneric. El este doar aşa cum este şi nu poate fi definit. Cea mai bună definiţie este „Eu sunt Cel ce sunt". Scripturile [*sruti*] vorbesc despre Sine, afirmând că este cât degetul mare de la mână, cât vârful unui fir de păr, ca o descărcare electrică, uriaş, mai subţire decât subţirimea însăşi etc. Toate acestea nu au acoperire în realitate. El este doar fiinţă, dar diferită de realitatea ce poate fi opusă irealităţii; el este cunoaştere, dar diferită de cunoaşterea care este antonimul ignoranţei. Cum ar putea fi el definit? Este pur şi simplu fiinţă[1].

Î: *Ce va vedea un om când realizează Sinele?*

R: Nu este nimic de văzut. A vedea înseamnă doar a fi. Starea de realizare a Sinelui, aşa cum îi spunem, nu înseamnă dobândirea a ceva nou sau atingerea vreunui scop îndepărtat, înseamnă doar să fii ceea ce eşti şi ai fost întotdeauna. Nu este nevoie decât să renunţi la modul în care iei neadevărul drept adevăr. Noi toţi considerăm real ceea ce nu este real. Nu trebuie decât să renunţăm la acest exerciţiu. Atunci vom realiza Sinele ca Sine; cu alte cuvinte, vom „fi Sinele". La un moment dat, vei râde de încercările tale de a descoperi Sinele, care este atât de vădit. Prin urmare, ce-am mai putea răspunde la această întrebare?

Acel nivel depăşeşte distincţia dintre văzător şi văzut. Nu există vreun văzător care să vadă ceva. Văzătorul care vede toate acestea încetează să mai existe şi nu rămâne decât Sinele[2].

---

[1] *Ibid.*, pp. 110-11.
[2] D. Mudaliar, *op cit.*, p. 296.

Î: *Cum se poate cunoaşte acest lucru printr-o experienţă nemijlocită?*

R: Dacă vorbim despre cunoaşterea Sinelui, trebuie să existe două entităţi numite „sine", un sine cunoscător şi un sine care este cunoscut, precum şi procesul cunoaşterii. Starea pe care o numim realizare înseamnă să fii pur şi simplu ceea ce eşti, nu să cunoşti ceva ori să devii ceva. Dacă cineva a realizat Sinele, el este unica realitate care este şi a fost întotdeauna. Această stare nu poate fi descrisă, ci doar trăită. Desigur, vorbim vag despre realizarea Sinelui, în lipsa altui termen mai bun. Cum să „real-izezi" sau să faci reală ceea ce este unica realitate?

Î: *Spuneţi uneori că Sinele este tăcere. De ce?*

R: Pentru cei care trăiesc în Sine ca în frumuseţea lipsită de gând, nu există nimic la care ar trebui să se gândească. Singurul lucru care trebuie să conteze este numai experienţa tăcerii, deoarece, în această stare absolută, nu te poţi realiza decât pe tine însuţi[1].

Î: *Ce este* mauna *[tăcerea]?*

R: Acea stare care transcende vorbirea şi gândirea este *mauna*[2]. *Mauna* este ceea ce este. Cum poate fi *mauna* explicată în cuvinte?[3]

Înţelepţii spun că Sinele [*swarupa*] este starea în care nu apare deloc gândul „eu", iar ea este tăcerea [*mauna*]. Doar Sinele tăcut este Dumnezeu; Sinele este sufletul individual [*jiva*]. Această lume străveche nu este decât Sinele.

[1] Muruganar, *op. cit.*, v. 1161.
[2] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 15.
[3] S. Natagamma, *Letters from Sri Ramanaasramam* p. 81.

Toate celelalte cunoașteri sunt neînsemnate și banale: Doar experiența tăcerii este cunoașterea adevărată și desăvârșită. Să știi că multitudinea diferențelor obiective nu sunt reale, fiind doar suprapuneri ce se întemeiază pe Sine, care este forma cunoașterii adevărate[1].

Î: *De vreme ce nenumăratele trupuri, fiecare animat de câte un sine, sunt văzute, practic, pretutindeni, cum se poate spune că este un singur Sine?*

R: Dacă ideea „eu sunt trupul" este acceptată, există mai mulți sine. Starea în care dispare această idee este Sinele, deoarece în această stare nu există alte obiecte. Iată de ce Sinele este considerat ca fiind unic[2].

Cum trupul însuși nu există din perspectiva adevăratului Sine, ci doar din perspectiva extrovertită a minții care este amăgită de puterea iluziei, este greșit să numim Sine câmpul de conștiință al unui *dehi* [posesor al trupului].

Lumea nu există fără trup, trupul nu poate exista fără minte, mintea nu poate exista fără conștiință, iar conștiința nu poate exista fără realitate.

Pentru înțeleptul care, plonjând înăuntrul său, a cunoscut Sinele, nu există nimic altceva de cunoscut în afara Sinelui. De ce? Deoarece, dispărând eul care identifică forma unui anumit trup cu personalitatea, înțeleptul este existența-conștiință lipsită de formă[3].

Cel care a realizat Sinele [*jnani*] știe că el este Sinele și că nimic, nici trupul lui, nici altceva, nu există în afara Sinelui.

[1] Muruganar, *op. cit.*, vv. 1056, 422.
[2] S. Natanananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p. 20.
[3] Muruganar, *op. cit.*, vv. 97, 99, 343.

Ce importanţă ar putea să aibă pentru un asemenea om prezenţa sau absenţa unui corp?

Este greşit să vorbim despre realizare. Ce se poate realiza? Realul este aşa cum este dintotdeauna. Noi nu creăm nimic nou, nu dobândim ceva ce nu aveam înainte. În cărţi se oferă următorul exemplu. Săpăm o fântână şi facem o groapă uriaşă. Spaţiul din groapă sau din fântână nu a fost creat de noi. Noi doar am îndepărtat pământul care umplea spaţiul acolo. Spaţiul era acolo atunci și este și acum tot acolo. În același fel, trebuie să ne debarasăm de toate vechile tendințe înnăscute [*samskara*] care sunt înăuntrul nostru. Când toate aceste tendințe sunt abandonate, Sinele va străluci de unul singur[1].

Î: *Dar cum să facem asta și să dobândim eliberarea?*

R: Eliberarea este propria noastră natură. Suntem ea. Chiar faptul că doreşti eliberarea demonstrează că libertatea faţă de toate condiţionările este natura noastră reală. Ea nu trebuie dobândită acum. Tot ceea ce trebuie este să ne debarasăm de ideea falsă că suntem condiţionaţi. Când reuşim asta, nu vor mai exista dorințe sau gânduri de niciun fel. Aşadar, putem spune că atât timp cât cineva doreşte eliberarea, el este înrobit[2].

Î: *Se spune despre cel care şi-a realizat Sinele că nu va mai avea parte de cele trei stări: veghe, somn cu vise şi somn fără vise. Aşa este?*

R: Ce te face să spui că ei nu au parte de aceste trei stări? Când spui „am avut un vis; am dormit profund, fără să visez; sunt treaz", trebuie să admiţi că ai fost în toate aceste trei stări. Asta dovedește că ai fost prezent tot timpul. Dacă rămâi aşa

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 88.
[2] *Ibid.*, p. 65.

cum ești acum, ești în starea de veghe; ea se ascunde în somnul cu vise; iar somnul cu vise dispare când ești în starea de somn profund, fără vise. Erai prezent atunci, ești prezent acum și ești prezent de fiecare dată. E ca un spectacol cinematografic. Nimic nu se lipește de ecran, ecranul rămâne ecran. Tot astfel, tu rămâi identic cu Sinele tău profund în toate aceste trei stări. Dacă știi asta, cele trei stări nu te vor încurca, așa cum imaginile care apar pe ecran nu se lipesc de el. Uneori, vezi pe ecran un ocean imens cu valuri nesfârșite; apoi el dispare. Alteori, vezi flăcări care se întind peste tot; și ele dispar. Ecranul este prezent în ambele situații. S-a udat, oare, ecranul de la apă sau a fost el pârjolit de foc? Nimic nu a afectat ecranul. Tot astfel, lucrurile care se întâmplă în starea de veghe, de somn cu vise și de somn profund nu te afectează deloc; tu rămâi Sinele tău propriu.

Î: *Să însemne asta că, deși oamenii au parte de toate cele trei stări, veghe, somn cu vise și somn profund, ele nu îi afectează?*

R: Da, așa este. Toate aceste stări vin și pleacă. Sinele nu este deranjat; el are o singură stare.

Î: *Înseamnă asta că o asemenea persoană va fi un simplu martor în această lume?*

R: Așa este. Iată de ce, în capitolul al zecelea din *Panchadasi,* Vidyaranya dă exemplul luminii care este aprinsă pe scena unui teatru. Când se joacă o piesă, lumina este acolo, ea îi luminează, fără vreo deosebire, pe toți actorii, fie că sunt regi, slugi sau dansatori, la fel ca și pe toți oamenii din public. Acea lumină va fi acolo înainte de începerea spectacolului, în timpul lui și după ce spectacolul se încheie. Tot astfel, lumina lăuntrică, adică Sinele, luminează eul, intelectul, memoria

şi psihicul fără ca el însuşi să fie supus proceselor de creştere şi degradare. Deşi în timpul somnului profund şi în alte stări nu există percepţia eului, acel Sine rămâne fără niciun atribut, continuând să strălucească de la sine[1].

De fapt, ideea Sinelui ca martor există numai în minte; ea nu este adevărul ultim al Sinelui. Calitatea de martor apare doar când există obiecte la care eşti martor. Atât martorul, cât şi obiectul său sunt creaţii ale mintalului[2].

Î: *În ce măsură sunt aceste trei stări de conştiinţă inferioare ca grad de realitate faţă de cea de-a patra* [turiya]*? Care este, de fapt, relaţia dintre aceste trei stări şi cea de-a patra?*

R: Există doar o singură stare, cea de conştiinţă, percepţie sau existenţă. Cele trei stări – veghe, vis şi somn profund – nu pot fi reale. Realul va exista întotdeauna. Numai acel „Eu" sau acea existenţă care persistă în toate cele trei stări este reală. Celelalte trei nu sunt reale şi, deci, nu putem spune că au cutare sau cutare grad de realitate. Putem formula lucrurile astfel. Existenţa sau conştiinţa este singura realitate. Numim stare de veghe conştiinţa la care se adaugă starea de veghe. Numim somn conştiinţa la care se adaugă somnul. Numim vis conştiinţa la care se adaugă visul. Conştiinţa este ecranul pe care toate imaginile vin şi pleacă. Ecranul este real, imaginile sunt simple umbre pe ecran. Deoarece ne-am obişnuit să considerăm aceste stări ca reale, denumim starea de percepţie sau de conştiinţă pură „a patra stare". Cu toate acestea, a patra stare nu există – există o singură stare[3].

[1] S. Nagamma, *op. cit.*, pp. 310-11.
[2] „Who", *Maha Yoga*, p. 202.
[3] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 90.

Între vis și veghe nu există nicio diferență, în afara faptului că visul este scurt și starea de veghe durează mult mai mult. Amândouă sunt rezultatul minții. Pentru că starea de veghe durează, ne imaginăm că ea este starea noastră reală. Dar, de fapt, starea noastră reală este *turiya* sau cea de-a patra stare, care este întotdeauna așa cum este și nu știe nimic despre cele trei stări – veghea, visul sau somnul profund. Pentru că pe acestea trei le numim *avastha* [stări], o numim și pe cea de-a patra *turiya avastha.* Dar ea nu este o *avastha*, ci este starea reală și naturală a Sinelui. Când se realizează asta, știm că ea nu este o *turiya* ori a patra stare, căci o a patra stare este doar ceva relativ; ea este *turiyatita,* starea transcendentă[1].

Î: *Dar de ce aceste trei stări vin și pleacă, perindându-se pe ecranul Sinelui?*

R: Cine pune această întrebare? Spune Sinele că aceste stări vin și pleacă? Văzătorul este cel care spune că ele vin și pleacă. Văzătorul și văzutul formează împreună mintea. Vezi dacă există vreun lucru precum mintea. Apoi mintea se topește în Sine și nu mai există nici văzător, nici văzut. Așadar, adevăratul răspuns la întrebarea ta este că ele nici nu vin, nici nu pleacă. Numai Sinele rămâne așa cum este dintotdeauna. Cele trei stări își datorează existența non-investigației, iar investigația le face să înceteze. Oricât de mult ți s-ar explica, faptul nu se va clarifica decât atunci când atingi realizarea de sine și te miri cum de ai fost orb atâta timp în fața singurei existențe de la sine înțelese.

Î: *Ce diferență există între minte și Sine?*

[1] *Ibid.*, p. 79.

R: Nu există nicio diferenţă. Mintea întoarsă către interior este Sinele; întoarsă spre exterior, ea se transformă în eu şi în toate obiectele lumii. Bumbacul transformat în diferite veşminte primeşte denumiri diferite. Aurul transformat în diverse podoabe primeşte denumiri diferite. Dar toate veşmintele sunt bumbac şi toate podoabele aur. Unul este real, cele multe nu sunt decât simple nume şi forme.

Dar mintea nu există separată de Sine, altfel spus, ea nu are o existenţă independentă. Sinele există fără minte, dar mintea nu poate exista fără Sine[1].

Î: *Se spune că* Brahman *este* sat-cit-ananda. *Ce înseamnă asta?*

R: Da. Aşa este. Cel ce este, este doar *sat.* Acela este numit *Brahman*. Slava lui *sat* este *cit,* iar natura lui este *ananda.* Acestea două nu sunt diferite de *sat.* Toate trei împreună sunt cunoscute ca *sat-cit-ananda*[2].

Î: *Cum Sinele este existenţă [*sat*] şi conştiinţă [*cit*], de ce este el descris ca diferit de existent şi non-existent, de cele simţitoare şi cele nesimţitoare?*

R: Deşi Sinele este real, deoarece el cuprinde tot, el nu lasă loc pentru întrebări ce implică dualitatea, întrebări despre realitatea sau irealitatea sa. Prin urmare, se spune că este diferit de real şi de ireal. Tot astfel, deşi el este conştiinţă, deoarece nu este niciun lucru pe care el să-l cunoască sau căruia să se facă cunoscut, se spune că este diferit de cele simţitoare şi nesimţitoare[3].

---

[1] *Ibid.*, pp. 90-1.
[2] S. Nagamma, *op. cit.*, p. 196.
[3] S. Natanananda, *op. cit.*, p. 21.

Se spune că *sat-cit-ananda* sugerează că realitatea ultimă nu este *asat* [diferită de ființă], nu este *acit* [diferită de conștiință] și nu este *ananda* [diferită de fericire]. Pentru că suntem în lumea fenomenelor vorbim despre Sine ca despre *sat-cit-ananda*[1].

Î: *În ce sens este fericirea sau beatitudinea* [ananda] *adevărata noastră natură?*

R: Beatitudinea desăvârșită este *Brahman*. Pacea desăvârșită provine din Sine. Doar aceasta există și este conștiință[2]. Ceea ce se numește fericire nu este decât natura Sinelui; Sinele nu este nimic altceva decât fericire desăvârșită. Nu există decât ceea ce se numește fericire. Cunoscând acest fapt și sălășluind în starea de Sine, te bucuri de o beatitudine veșnică[3].

Dacă un om crede că fericirea lui este datorată unor cauze exterioare și lucrurilor pe care le posedă, este logic să conchidem că fericirea lui trebuie să sporească odată cu înmulțirea posesiunilor și să diminueze în măsura diminuării lor. Prin urmare, dacă el este lipsit de posesiuni, fericirea lui ar trebui să fie inexistentă. Care este experiența reală a omului? Este ea conformă acestui punct de vedere?

În starea de somn profund, omul este lipsit de posesiuni, inclusiv de propriul corp. În loc de a fi nefericit, el este foarte fericit. Toată lumea dorește să doarmă buștean. Concluzia este că fericirea este inerentă omului și nu se datorează unor cauze exterioare. Omul trebuie să realizeze Sinele pentru a deschide rezerva de fericire pură[4].

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 402.
[2] *Ibid.*, p. 31.
[3] Muruganar, *op. cit.*, v. 1029.
[4] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 1.

Î: *Sri Bhagavan vorbeşte despre Inimă ca despre sediul conştiinţei şi ca fiind identică cu Sinele. Ce semnifică mai exact Inima?*

R: Spune-i cum vrei: Dumnezeu, Sine, Inimă sau sediu al conştiinţei, este acelaşi lucru. Ceea ce trebuie să reţinem este că Inima semnifică nucleul cel mai profund al fiinţei cuiva, centrul, fără de care nu există nimic altceva[1].

Inima nu este fizică, ea este spirituală. Termenul *hridayam* este alcătuit din *hrit* şi *ayam* şi înseamnă „acesta este centrul". Aici este locul de unde se ivesc gândurile, unde ele dăinuie şi unde se iau deciziile. Gândurile sunt conţinutul minţii şi ele dau formă universului. Inima este centrul a tot. *Upanişadele* spun că acela din care provin fiinţele este *Brahman*. El este Inima. *Brahman* este Inima[2].

Î: *Cum să realizăm Inima?*

R: Nu există nimeni care să nu aibă experienţa Sinelui în fiecare clipă. Căci nimeni nu recunoaşte că este vreodată separat de Sine. El este Sinele. Sinele este Inima[3].

Inima este centrul din care izvorăşte totul. Pentru că tu vezi lumea, corpul şi toate celelalte, se spune că există un centru al acestora, care este numit Inimă. Când eşti în Inimă, ea nu este nici centru, nici circumferinţă. Nu există nimic în afara ei[4].

Inima nu este decât conştiinţa care reprezintă existenţa reală şi care nu merge în exterior pentru a cunoaşte acele lucruri diferite de Sine. Cum adevărul Sinelui este cunoscut

[1] T. N. Venkataraman, *op. cit.*, p. 72.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 92-3.
[3] *Ibid.*, p. 93.
[4] *Ibid.*, p. 229.

doar acelei conștiințe lipsite de activitate, acelei conștiințe care se însoțește mereu numai cu Sinele, doar ea este strălucirea cunoașterii clare[1].

[1] Muruganarm *op. cit.*, v. 435.

CAPITOLUL 2

Conștientizarea Sinelui și ignorarea Sinelui

Sri Ramana sugera uneori că există trei categorii de căutători spirituali. Cei mai evoluați realizează Sinele imediat ce li se spune despre natura lui reală. Cei din a doua categorie trebuie să reflecteze asupra lui pentru o vreme înainte ca percepția Sinelui să capete stabilitate. Cei din a treia categorie sunt mai puțin norocoși, fiind îndeobște nevoiți să practice intens o disciplină spirituală pentru a atinge țelul realizării Sinelui. Uneori, Ramana folosea metafora combustiei pentru a descrie cele trei niveluri: praful de pușcă se aprinde de la o singură scânteie, cărbunele trebuie să vină într-un contact scurt cu focul, iar cărbunele umed trebuie să se usuce și să se încălzească multă vreme înainte de a începe să ardă.

Pentru cei din primele două categorii, Sri Ramana spunea că nu există decât Sinele și că el poate fi experimentat direct și conștient încetând să mai dăm atenție ideilor greșite pe care le avem despre noi înșine. Aceste idei greșite sunt numite generic „non-Sinele", deoarece ele sunt o acumulare imaginară de concepții greșite și neînțelegeri care voalează efectiv adevărata experiență a Sinelui real. Principala idee greșită este că Sinele este limitat la corp și suflet. Imediat ce omul încetează să-și închipuie că este o persoană individuală, care sălășluiește

într-un anumit corp, întregul eşafodaj de idei greşite se prăbuşeşte şi este înlocuit de o percepţie conştientă şi permanentă a Sinelui real.

La acest nivel al învăţăturii nu se pune problema efortului sau practicii, fiind necesară doar înţelegerea faptului că Sinele nu este un ţel pe care trebuie să-l atingi, ci pur şi simplu tipul de percepţie care se instalează când toate ideile limitante despre non-Sine au fost abandonate.

Î: *Cum pot atinge realizarea de Sine?*

R: Realizarea nu este ceva care trebuie dobândit; ea este deja prezentă. Nu trebuie decât să te debarasezi de gândul „nu am realizat".

Liniştea sau pacea este realizarea. Nu este vreun moment în care Sinele să nu fie. Atâta vreme cât există dubiul sau sentimentul nerealizării, trebuie să încercăm să ne debarasăm de aceste gânduri. Ele sunt cauzate de identificarea Sinelui cu non-Sinele. Când non-Sinele dispare, nu rămâne decât Sinele. Pentru a face loc, este suficient să îndepărtăm obiectele. Spaţiul nu este adus de altundeva.

Î: *Deoarece realizarea nu este posibilă fără* vasana-kshaya *[distrugerea tendinţelor mintale], cum pot să realizez acea stare în care tendinţele sunt efectiv distruse?*

R: Eşti în acea stare chiar acum.

Î: *Să însemne asta că, ancorându-ne constant în Sine, tendinţele mintale [*vasana*] vor fi distruse imediat ce apar?*

R: Ele vor fi distruse dacă rămâi aşa cum eşti.

Î: *Cum voi dobândi Sinele?*

R: Sinele nu se dobândeşte. Dacă Sinele s-ar dobândi, ar însemna că Sinele nu este aici şi acum şi că el este ceva ce tre-

buie obţinut. Ceea ce se poate dobândi se poate şi pierde. Prin urmare, este efemer. Nu merită să ne ostenim pentru ceea ce nu este permanent. Spun, deci, că Sinele nu este ceva de dobândit. Tu eşti deja Sinele.

De fapt, tu îţi ignori propria beatitudine. Această ignoranţă intervine şi pune un văl peste Sinele care este beatitudine pură. Eforturile au ca scop să îndepărteze acest văl al ignoranţei care nu este decât cunoaştere eronată. Cunoaşterea eronată este falsa identificare a Sinelui cu trupul şi mintea. Această identificare falsă trebuie să dispară, iar atunci nu rămâne decât Sinele.

Aşadar, realizarea este pentru toţi oamenii; realizarea nu face diferenţe între cei ce aspiră la ea. Chiar această îndoială şi ideea că „nu am realizat" sunt piedicile. Eliberează-te şi de aceste obstacole[1].

Î: *Cât timp este necesar pentru a atinge eliberarea* [mukti]*?*

R: *Mukti* nu trebuie dobândită în viitor. Ea există dintotdeauna, aici şi acum.

Î: *Sunt de acord, dar nu pot simţi nemijlocit asta.*

R: Experienţa este aici şi acum. Nu-ţi poţi nega propriul Sine.

Î: *Asta înseamnă existenţă, şi nu fericire.*

R: Existenţa este acelaşi lucru cu fericirea, iar fericirea este acelaşi lucru cu a fi. Cuvântul *mukti* este atât de incitant! De ce caută oamenii eliberarea? Individul crede că există dependenţă şi, deci, caută eliberarea. Însă, de fapt, nu există dependenţă, ci numai eliberare. De ce să-i dăm un nume şi s-o căutăm?

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 31-2.

Î: *Adevărat – dar suntem ignoranți.*

R: Îndepărtează ignoranța. Asta e tot ce trebuie făcut.

Toate întrebările referitoare la *mukti* sunt inadmisibile. *Mukti* înseamnă eliberarea din servitute, ceea ce presupune existența efectivă a servituții. Nu există servitute și, deci, nu există nici *mukti*[1].

Î: *De ce natură este realizarea occidentalilor care povestesc că au avut străfulgerări ale conștiinței cosmice?*

R: Ea a venit ca un fulger și a dispărut tot așa. Ceea ce are un început trebuie să aibă și un sfârșit. Doar când este realizată conștiința omniprezentă, ea va fi permanentă. Conștiința este mereu cu noi. Toată lumea știe că „eu sunt". Nimeni nu-și poate nega propria ființă. Omul aflat în starea de somn profund nu este conștient; când este treaz el pare a fi conștient. Dar este aceeași persoană. Cel care a dormit și cel care acum e treaz sunt una și aceeași persoană. În starea de somn profund, el nu era conștient de propriul corp și, deci, nu exista conștiința corpului. În starea de veghe, el este conștient de propriul corp și, deci, conștiința corpului există. Prin urmare, diferența constă în apariția acestei conștiințe a corpului, și nu în vreo schimbare în adevărata conștiință.

Corpul și conștiința corpului apar și dispar împreună. Cu alte cuvinte, în starea de somn profund nu există limitări, în timp ce în starea de veghe limitările există. Aceste limitări sunt servitutea. Eroarea este senzația „corpul sunt eu". Această falsă senzație de „eu" trebuie să dispară. Adevăratul „Eu" este întotdeauna prezent. El este aici și acum. El nu apare și nu dispare

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana* pp. 326-7.

niciodată. Ceea ce este trebuie să dăinuiască veşnic. Ceea ce apare din nou va şi dispărea. Compară starea de somn fără vise cu starea de veghe. Corpul apare într-una dintre stări, dar nu şi în cealaltă. Aşadar, corpul va dispărea. Conştienţa este ceva preexistent şi va supravieţui corpului.

Nu există nimeni care să nu spună „eu sunt". Cunoaşterea eronată care provine din sentimentul că „eu sunt corpul" este cauza tuturor neajunsurilor. Această cunoaştere greşită trebuie să dispară. Asta este realizarea. Realizarea nu este dobândirea a ceva nou. Ea nu este nici vreo nouă facultate. Ea este doar îndepărtarea totală a camuflajului.

Adevărul ultim este atât de simplu. El nu este decât fiinţa în starea ei originară. Nu mai este nevoie să spunem altceva[1].

Î: *Suntem mai aproape de conştiinţa pură în somnul fără vise decât în starea de veghe?*

R: Somnul profund, visul şi veghea sunt simple fenomene ce se ivesc pe ecranul Sinelui care este nemişcat. Există, de asemenea, o stare de simplă percepţie. Poate cineva să se îndepărteze de Sine, fie şi pentru o clipă? Această întrebare poate să apară numai dacă ar fi posibil aşa ceva.

Î: *Nu se spune adesea că omul este mai aproape de conştiinţa pură în somnul profund decât în starea de veghe?*

R: Tot astfel, ne putem întreba: „Sunt eu mai aproape de mine însumi în somn decât în starea de veghe?"

Sinele este conştiinţă pură. Nimeni nu se poate îndepărta vreodată de Sine. Întrebarea este posibilă numai dacă există dualitate. Dar nu există dualitate în starea de conştiinţă pură.

[1] *Ibid.*, pp. 91-2.

Aceeaşi persoană doarme, visează şi se trezeşte. Se consideră că starea de veghe este plină de lucruri minunate şi interesante. Absenţa unei asemenea experienţe ne face să spunem că somnul este neinteresant. Înainte de a trece mai departe, trebuie să clarificăm acest aspect. Nu recunoşti că exiști în timp ce dormi?

Î: *Ba da.*

R: Ești aceeaşi persoană care acum este trează. Nu-i aşa?

Î: *Da.*

R: Prin urmare, există o continuitate între somn şi starea de veghe. Ce este această continuitate? Este doar starea de ființare pură.

Există o diferență între cele două stări. Care este această diferență? Experiențele, mai precis corpul, lumea şi obiectele apar în starea de veghe, dar dispar în somn.

Î: *Dar eu nu sunt conştient în timpul somnului.*

R: Adevărat, nu există percepția corpului sau a lumii. Dar tu trebuie să exişti în timpul somnului pentru a putea să spui acum că „nu eram conştient în timpul somnului". Cine spune asta acum? Persoana aflată în stare de veghe. Cel care doarme nu poate să spună asta. Cu alte cuvinte, individul care identifică acum Sinele cu trupul spune că nu există o asemenea percepţie în timpul somnului.

Deoarece te identifici pe tine însuţi cu trupul, vezi lumea din jurul tău şi spui că starea de veghe este plină de lucruri frumoase şi interesante. Starea de somn pare monotonă deoarece tu nu erai prezent în ea ca individ şi, deci, aceste lucruri nu existau. Dar ce este de fapt? Există o continuitate a fiinţei

în toate aceste trei stări, dar nu şi o continuitate a individului şi a obiectelor.

Î: *Da.*

R: Ceea ce este continuu este şi persistent, adică permanent. Ceea ce este intermitent este trecător.

Î: *Da.*

R: Prin urmare, starea ființei este permanentă, iar corpul şi lumea nu sunt. Ele sunt fenomene efemere, perindându-se pe ecranul ființei-conştiință, care este eternă şi staționară.

Î: *Vorbind în termeni relativi, nu este starea de somn mai apropiată de conştiința pură decât starea de veghe?*

R: Da, în sensul că, în clipa când se trece de la somn la veghe, trebuie să intre în funcțiune ideea de „eu" [sine individual], iar mintea trebuie să intre în joc. Atunci se ivesc gândurile, iar funcțiile corpului încep să lucreze. Toate acestea laolaltă ne fac să spunem că suntem în stare de veghe. Absența tuturor acestor desfăşurări este caracteristică somnului şi, deci, este mai aproape de conştiința pură decât starea de veghe.

Dar din această cauză nu trebuie să doreşti să fii mereu adormit. În primul rând, aşa ceva este imposibil, pentru că starea de somn va alterna inevitabil cu celelalte stări. În al doilea rând, somnul nu poate fi starea de beatitudine în care se află un *jnani*, căci starea lui este permanentă, şi nu intermitentă. În plus, în somn oamenii nu sunt conştienți, dar înțeleptul este întotdeauna conştient. Aşadar, starea de somn diferă de starea în care s-a ancorat înțeleptul.

Mai mult, starea de somn este liberă de gânduri şi de efectul lor asupra individului. Ea nu poate fi modificată de voința individului, deoarece efortul este imposibil în această stare.

Deşi este mai aproape de conştiinţa pură, ea nu este propice eforturilor de realizare a Sinelui[1].

Î: *Realizarea fiinţei absolute, adică* Brahma-jnana, *nu este ceva inaccesibil pentru un laic ca mine?*

R: *Brahma-jnana* nu este o cunoaştere care trebuie dobândită, pentru ca, odată dobândită, să putem fi fericiţi. Perspectiva ignorantă este cea care trebuie abandonată. Sinele pe care încerci să-l cunoşti este de fapt tu însuți. Aşa-zisa ta ignoranţă îţi pricinuieşte suferinţă inutilă, precum suferinţa celor zece nătărăi care deplângeau pierderea celui de-al zecelea om ce nu a fost pierdut niciodată.

Cei zece nătărăi din parabolă au traversat un râu cu piciorul și au vrut să fie siguri că toți au ajuns cu bine pe celălalt mal. Unul dintre ei a început să numere, dar, numărându-i pe ceilalți, nu se punea şi pe el la socoteală. „Văd numai nouă; mai mult ca sigur am pierdut un om. Cine poate fi?" spune el. „Ai numărat cum trebuie?" a întrebat altul, începând la rândul lui numărătoarea. Dar şi el a numărat tot nouă. Unul după altul, fiecare dintre cei zece a numărat câte nouă oameni, uitând să se pună la socoteală. „Suntem numai nouă", au convenit ei, dar s-au întrebat cine lipseşte. Toate eforturile de a descoperi persoana „lipsă" erau zadarnice. „Oricine ar fi omul care s-a înecat", a spus cel mai sentimental dintre cei zece nătărăi, „l-am pierdut". Spunând aceste cuvinte, a izbucnit în plâns, iar ceilalţi l-au urmat fără să stea pe gânduri.

Văzându-i, un drumeț i-a întrebat de ce suspinau. Ei i-au povestit ce se întâmplase şi că, deşi se număraseră de mai mul-

[1] *Ibid.*, pp. 561-3.

te ori, nu l-au putut descoperi pe al zecelea om. Auzind povestea, dar văzându-i pe toţi zece înaintea lui, drumeţul a bănuit ce se întâmplase. Pentru a-i face să afle pe cont propriu că erau cu adevărat zece, că toţi au trecut vadul cu bine, le-a spus: „Număraţi-vă fiecare, însă unul după altul în mod succesiv, unu, doi, trei şi aşa mai departe, iar eu îl voi atinge pe fiecare, pentru că toţi să fiţi siguri că aţi fost incluşi în numărătoare, şi numai o singură dată. Atunci va fi descoperit cel de-al zecelea om". Auzind aceste cuvinte, s-au bucurat la gândul că-şi vor găsi tovarăşul „pierdut" şi au acceptat metoda propusă de drumeţ.

În vreme ce drumeţul îi atingea pe fiecare dintre cei zece pe rând, cel care era atins număra el însuşi cu voce tare. „Zece", a spus ultimul om, fiind la rândul lui atins de drumeţ. „Suntem zece", au spus ei, privindu-se cu uimire unul pe altul, şi i-au mulţumit drumeţului pentru că i-a scăpat de suferinţă.

Aceasta este parabola. De unde a fost adus cel de-al zecelea om? A fost el vreo clipă absent? Ştiind că el fusese acolo tot timpul, au aflat ei ceva nou? Suferinţa lor nu era cauzată de pierderea reală a cuiva, ci de ignoranţa lor sau, mai bine zis, de simpla bănuială că unul dintre ei a pierit.

Aşa se întâmplă şi cu tine. De fapt, nu există vreun motiv pentru a fi trist şi nefericit. Tu însuţi impui limitări asupra naturii tale reale de fiinţă infinită, apoi te plângi că nu eşti decât o creatură finită. Apoi începi să practici cutare sau cutare disciplină spirituală pentru a depăşi aceste limitări inexistente. Dar dacă practica ta porneşte de la premisa că limitările există, cum te poate ea ajuta să le depăşeşti?

Așadar, să știi că, de fapt, ești ființa pură și infinită, ești Sinele. Ești întotdeauna acel Sine și nimic altceva decât acel Sine. Prin urmare, nu poți ignora cu adevărat Sinele. Ignoranța ta nu este decât o ignoranță imaginară, precum ignoranța celor zece nătărăi care se îngrijorau că nu-l găseau pe al zecelea om. Această ignoranță îi făcea să sufere.

Să știi că adevărata cunoaștere nu-ți creează o nouă ființă, ea nu face decât să elimine ignoranța ta ignorantă. Beatitudinea nu este adăugată naturii tale, ea este doar revelată drept starea ta reală, naturală și nepieritoare. Singurul mod de a scăpa de suferința ta este să cunoști și să fii Sinele. Cum poate fi asta de neatins?[1]

Î: *Oricât de des ne oferă Bhagavan această învățătură, noi nu suntem în stare s-o înțelegem.*

R: Oamenii spun că nu sunt capabili să cunoască Sinele care pătrunde totul. Ce pot face? Chiar și copilul mic spune „Eu exist; eu fac; asta este a mea". Deci toată lumea înțelege că lucrul numit „eu" este întotdeauna existent. Doar când „eu" este prezent, ai senzația că tu ești trupul, el este Venkanna, ăsta este Ramana și așa mai departe. Este nevoie să cauți cu o lumânare pentru a ști că ceea ce este întotdeauna vizibil este propriul Sine? A spune că nu cunoaștem *atma swarupa* [natura reală a Sinelui], care nu este ceva diferit, ci este în propriul nostru Sine, este ca și cum am spune: „Nu știu de mine însumi"[2].

[1] T. N. Venkataraman, *op. cit.*, pp. 52-4.
[2] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 201.

Î: *Dar cum poate cineva să ajungă la această stare?*

R: Nu există vreun ţel care trebuie atins. Nu există nimic de obţinut. Tu eşti Sinele. Tu exişti mereu. Nimic altceva nu se poate spune despre Sine decât că el există. A-l vedea pe Dumnezeu sau Sinele nu este altceva decât a fi Sinele sau tu însuţi. A vedea este a fi. Tu, fiind Sinele, vrei să ştii cum să realizezi Sinele. Este ca şi cum cineva aflat la Ramanasramam ar întreba câte căi există pentru a ajunge la Ramanasramam şi care este cea mai bună cale pentru el. Tot ce trebuie să faci este să abandonezi gândul că tu eşti acest corp şi toate gândurile legate de lucrurile exterioare sau de non-Sine[1].

Î: *Ce este sinele-eu? Care este relaţia lui cu Sinele real?*

R: Sinele-eu apare, dispare şi este tranzitoriu, în vreme ce Sinele real este permanent. Deşi tu eşti de fapt Sinele real, identifici în mod eronat Sinele real cu sinele-eu.

Î: *Cum se iveşte această eroare?*

R: Vezi dacă s-a ivit.

Î: *Trebuie să sublimezi sinele-eu în Sinele real.*

R: Sinele-eu nu există câtuşi de puţin.

Î: *De ce ne face el să suferim?*

R: Cine resimte suferinţa? Şi suferinţa este închipuită. Suferinţa şi plăcerea există numai pentru eu.

Î: *De ce este lumea atât de învăluită în ignoranţă?*

R: Ai grijă de tine însuţi. Lasă lumea să-şi poarte singură de grijă. Vezi Sinele tău. Dacă eşti corpul, atunci există şi lumea grosieră. Dacă eşti spirit, totul este numai spirit.

[1] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 287.

Î: *Asta este valabil pentru individ, dar cum rămâne cu restul?*

R: Fă asta mai întâi și vezi dacă întrebarea mai apare după aceea.

Î: *Există* avidya *[ignoranță]?*

R: Pentru cine există ea?

Î: *Pentru sinele-eu.*

R: Da, pentru eu. Îndepărtează eul și *avidya* dispare. Când îl cauți, eul dispare și nu rămâne decât Sinele real. Eul care afișează *avidya* nu mai este văzut nicăieri. În realitate nu există *avidya.* Toate scripturile [*sastras*] au ca scop să dezmintă existența *avidyei.*

Î: *Cum apare eul?*

R: Eul nu este. Altminteri, ar trebui să recunoști că nu ai un singur sine, ci două, nu-i așa? Cum poate să existe *avidya* în absența eului? Dacă începi investigația, se va constata că *avidya,* care este deja inexistentă, nu este, sau vei spune că a dispărut.

Ignoranța ține de eu. De ce te gândești la eu și suferi? Și iarăși – ce este ignoranța? Este ceea ce este inexistent. Cu toate acestea, viața lumească are nevoie de ipoteza *avidyei. Avidya* nu este decât ignoranța noastră și nimic mai mult. Ea este ignorarea și uitarea Sinelui. Poate să existe întuneric în fața Soarelui? Tot astfel, poate exista ignoranță în fața evidenței Sinelui care este însăși lumina? Dacă vei cunoaște Sinele, nu va mai exista întuneric, ignoranță și suferință.

Mintea este cea care percepe durerea și suferința. Întunericul nici nu vine, nici nu pleacă. Dacă vezi Soarele, nu va mai

exista întuneric. Tot astfel, dacă vezi Sinele, vei descoperi că *avidya* nu există[1].

Î: *Cum apare irealul? Se poate ivi irealul din real?*

R: Vezi dacă s-a ivit. Din alt punct de vedere, nici nu există ceva ireal. Doar Sinele există. Când încerci să dai de urma eului, pe care se bazează percepţia lumii şi a tuturor celorlalte, vei constata că eul nu există câtuşi de puţin, după cum nu există nici toată această manifestare pe care o vezi[2].

Î: *Este neplăcut că jocul lui Dumnezeu* [lila] *face atât de dificilă cunoaşterea Sinelui.*

R: Să cunoşti Sinele înseamnă să fii Sinele, iar a fi înseamnă existenţă, propria existenţă. Nimeni nu-şi neagă propria existenţă, aşa cum nu-şi neagă ochii, deşi nu poate să-i vadă. Problema este dorinţa ta de a obiectiva Sinele, în acelaşi fel în care îţi obiectivezi ochii în clipa când pui o oglindă în faţa lor. Eşti atât de obişnuit să obiectivezi, încât nu te mai cunoşti pe tine însuţi, din simplul motiv că Sinele nu poate fi obiectivat. Cine să cunoască Sinele? Poate trupul lipsit de simţire să-l cunoască? Vorbeşti tot timpul despre „eul" tău, dar când eşti întrebat negi că ai avea cunoştinţă de el. Deşi tu eşti Sinele, întrebi cum să cunoşti Sinele. Unde este atunci jocul *[lila]* lui Dumnezeu şi unde este cruzimea lui? Scripturile vorbesc despre *maya, lila* etc. tocmai pentru că oamenii neagă Sinele[3].

Î: *Realizarea mea îi ajută pe ceilalţi?*

R: Da, cu siguranţă. Ea este cel mai bun ajutor cu putinţă. Dar nu există alţii pe care să-i ajuţi. Căci o fiinţă realizată vede

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 330-1.
[2] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 74.
[3] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 63.

numai Sinele, aşa cum un aurar vede în toate bijuteriile numai aurul. Când te identifici cu trupul, atunci nu există decât formele. Dar când îţi depăşeşti corpul, ceilalţi dispar odată cu percepţia corpului tău.

Î: *Tot aşa este cu plantele, copacii etc.?*

R: Există ele separat de Sine? Află dacă e aşa. Crezi că le vezi. Gândul este proiectat în exterior din Sine. Află de unde se iveşte el. Gândurile vor înceta să se ivească şi nu va rămâne decât Sinele.

Î: *Înţeleg toate astea în teorie. Dar plantele şi copacii nu au dispărut.*

R: Da. E ca un spectacol cinematografic. Pe ecran se proiectează o lumină, iar umbrele care se perindă pe el impresionează publicul precum punerea în scenă a unei piese. Dacă pe ecran ar fi apărut publicul ca parte a spectacolului, cei care văd şi cei care sunt văzuţi ar fi în egală măsură pe ecran. Aplică asta la tine însuţi. Tu eşti ecranul, Sinele a creat eul, iar eul are acumulările sale de gânduri, care sunt înfăţişate ca fiind lumea, copacii şi plantele de care întrebi. În realitate, toate acestea nu sunt decât Sinele. Dacă vezi Sinele, vei descoperi că aceeaşi realitate este totul, pretutindeni şi întotdeauna. Nu există nimic altceva decât Sinele.

Î: *Da, dar încă nu înţeleg decât teoretic. Şi totuşi, răspunsurile sunt simple, superbe şi convingătoare.*

R: Chiar şi gândul că „nu realizez” este un obstacol. De fapt, numai Sinele este[1].

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 6.

Adevărata noastră natură este *mukti*. Dar ne imaginăm că suntem înrobiţi şi facem diverse eforturi de a ne elibera, în timp ce noi suntem liberi de la bun început. Vom înţelege asta numai când vom ajunge la acel nivel. Vom fi surprinşi că încercam cu frenezie să dobândim ceva ce am fost şi suntem dintotdeauna. Pentru a clarifica acest aspect, îl voi ilustra printr-o poveste. Un om se culcă în camera sa. El visează că a plecat într-o călătorie prin lume, că străbate dealuri şi văi, păduri şi câmpii, pustiuri şi mări, de-a lungul şi de-a latul diverselor continente şi, după mulţi ani de călătorie extenuantă, se întoarce în ţara sa, ajunge la Tiruvannamalai, intră în ashram şi păşeşte în cameră. Chiar în acel moment se trezeşte şi descoperă că nu s-a urnit din loc şi că, de fapt, dormise chiar în locul unde s-a culcat. El nu s-a întors în cameră după cine ştie ce eforturi, ci este şi a fost dintotdeauna în cameră. Dacă se pune întrebarea „De ce ne imaginăm că suntem condiţionaţi când suntem liberi?", răspund: „De ce ţi-ai imaginat că trăiai aventuri prin toată lumea, că străbăteai dealuri şi văi, pustiuri şi mări când, de fapt, erai în cameră? Totul nu este decât minte sau *maya* [iluzie]"[1].

Î: *Cum apare atunci această nefericită ignorare a realităţii unice în cazul celui care nu a realizat Sinele [*ajnani*]?*

R: Cel care nu a realizat Sinele [*ajnani*] vede numai mintea, care este o simplă reflexie a conştiinţei pure ce provine din Inimă. El ignoră Inima însăşi. De ce? Deoarece mintea lui este extrovertită şi nu i-a căutat niciodată sursa.

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, pp. 79-80.

Î: *Ce împiedică lumina infinită și nediferențiată a conștiinței provenită din Inimă să se reveleze celui care nu a realizat Sinele [*ajnani*]?*

R: Așa cum apa dintr-un urcior reflectă imensul soare în limitele înguste ale urciorului, tendințele latente [*vasana*] ale mentalului individual captează lumina infinită a conștiinței care provine din Inimă, acționând ca un mediu de reflexie. Forma acestei reflexii este fenomenul pe care îl numim „minte". Văzând numai această reflexie, cel care nu a realizat Sinele [*ajnani*] cade pradă iluziei și crede că este o ființă finită, că este *jiva*, sinele individual[1].

Î: *Care sunt obstacolele ce împiedică realizarea Sinelui?*

R: Ele sunt deprinderile minții [*vasana*].

Î: *Cum putem depăși deprinderile mentale [*vasana*]?*

R: Realizând Sinele.

Î: *Este un cerc vicios.*

R: Eul este cel care generează asemenea dificultăți, creând obstacole și apoi suferind de perplexitate din cauza paradoxurilor evidente. Descoperă cine face investigațiile și vei descoperi Sinele[2].

Î: *De ce este această robie mintală atât de persistentă?*

R: Natura servituții este doar apariția gândului distrugător că „eu sunt diferit de realitate". Cum este sigur că nu putem rămâne separați de realitate, respingeți acest gând ori de câte ori apare[3].

Î: *De ce nu îmi amintesc niciodată că sunt Sinele?*

---

[1] T.N. Venkataraman, *op. cit.*, pp. 86-7.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 4.
[3] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 779.

R: Oamenii vorbesc despre amintirea şi uitarea plinătăţii Sinelui. Uitarea şi amintirea sunt simple forme-gând. Ele vor alterna atât timp cât vor exista gânduri. Însă realitatea se află dincolo de ele. Amintirea sau uitarea trebuie să fie dependente de ceva. Acel ceva trebuie să fie, de asemenea, străin de Sine, căci altfel nu ar exista uitare. Acel ceva de care depind memoria şi uitarea este ideea de sine individual. Când îl căutăm, acest „eu" individual nu poate fi găsit deoarece el nu este real. Prin urmare, acest „eu" este sinonim cu iluzia sau ignoranţa (*maya*, *avidya* sau *ajnana*). A şti că ignoranţa nu a existat niciodată este scopul tuturor învăţăturilor spirituale. Ignoranţa trebuie să aparţină celui care este conştient. Conştiinţa este *jnana*. *Jnana* este eternă şi firească, *ajnana* este nefirească şi ireală.

Î: *De ce omul nu rămâne satisfăcut după ce a auzit acest adevăr?*

R: Deoarece tendinţele mintale înnăscute [*samskara*] nu au fost distruse. Dacă *samskara* nu încetează să existe, vor exista întotdeauna îndoială şi confuzie. Toate eforturile au ca scop distrugerea îndoielii şi a confuziei. Pentru a o face, ele trebuie tăiate de la rădăcină. Rădăcinile lor sunt acele tendinţe mintale înnăscute [*samskara*]. Ele sunt neutralizate prin practică, aşa cum este prescrisă de Guru. Maestrul spiritual îl lasă pe căutător să facă ceea ce trebuie pentru a descoperi el însuşi că ignoranţa nu există. Auzirea adevărului [*sravana*] este prima etapă. Dacă înţelegerea este şovăitoare, individul trebuie să practice reflecţia [*manana*] şi contemplaţia neîntreruptă [*nididhyasana*]. Aceste două procedee pârjolesc se-

minţele tendinţelor mintale înnăscute [*samskara*], astfel că ele sunt neutralizate.

Unii oameni extraordinari au acces la o cunoaştere [*jnana*] de nezdruncinat după ce aud adevărul o singură dată. Aceştia sunt căutătorii avansaţi. Începătorii au nevoie de mai mult timp pentru a o dobândi.

Î: *Cum a apărut de fapt ignoranţa [*avidya*]?*

R: Ignoranţa n-a apărut niciodată. Ea nu are fiinţă reală. Ceea ce este este doar *vidya* [cunoaştere].

Î: *Atunci de ce nu realizez asta?*

R: Din cauza tendinţelor mintale înnăscute [*samskara*]. În orice caz, descoperă cine nu realizează şi ce nu realizează. Atunci va fi limpede că nu există *avidya*[1].

Î: *Deci este greşit să încep având un scop, nu-i aşa?*

R: Dacă există un scop de atins, el nu poate fi permanent. Scopul trebuie să existe deja. Căutăm să atingem un scop cu eul, dar scopul există înaintea eului. Ceea ce este în scop este anterior chiar naşterii noastre, adică naşterii eului. Pentru că noi existăm şi eul pare să existe.

Dacă vom considera că Sinele este eul, atunci vom deveni eul, dacă îl considerăm ca fiind mintea, devenim mintea, dacă îl considerăm ca fiind trupul, devenim trupul. Gândul are atâtea modalităţi de a construi învelişuri. Descoperim că umbra reflectată în apă tremură. Poate cineva să oprească acest tremur? Dacă ea ar înceta să tremure, tu nu ai observa apa, ci numai lumina. Tot astfel, nu băga în seamă eul şi activităţile

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 248-9.

sale. Vezi doar lumina din spate. Eul este gândul naturii noastre exterioare. Adevăratul „eu" este Sinele.

Î: *Dacă nu trebuie decât să abandonezi idei, atunci până la realizare nu este decât un singur pas.*

R: Realizarea există deja. Starea eliberată de gânduri este singura stare reală. Nu există o anumită acţiune numită „realizare". Este cineva care nu realizează Sinele? Îşi neagă cineva propria existenţă? Când vorbeşti despre realizare, presupui că nu există doar un sine, ci două – unul care urmează să realizeze, celălalt care urmează să fie realizat. Se caută realizarea a ceva ce nu este deja realizat. Odată ce admitem propria noastră existenţă, cum să nu ne cunoaştem Sinele?

Î: *Din cauza gândurilor, a minţii.*

R: Aşa este. Mintea este cea care ne estompează fericirea. Cum știm că existăm? Dacă spui că datorită lumii înconjurătoare, atunci te întreb cum ştii că existai în timpul somnului profund?

Î: *Cum să te debarasezi de minte?*

R: Mintea este cea care doreşte să se sinucidă? Mintea nu se poate ucide pe sine. Aşadar, misiunea ta este de a descoperi adevărata natură a minţii. Atunci vei şti că nu există minte. Când căutăm Sinele, mintea nu este nicăieri[1].

Î: *Este* mukti *identică cu realizarea?*

R: *Mukti* sau eliberarea este firea noastră. Ea este doar un alt nume pentru noi. A dori *mukti* este ceva foarte ciudat. E ca şi cum cineva aflat la umbră pleacă de bunăvoie de la umbră la soare, simte cât de groaznică e căldura acolo, face mari

[1] *Ibid.*, pp. 128-9.

eforturi să se întoarcă la umbră, iar apoi se bucură: „Ce bine e la umbră! În sfârșit, am ajuns la umbră!" Toți facem așa ceva. Noi nu suntem diferiți de realitate. Ne imaginăm că suntem diferiți, cu alte cuvinte, creăm senzația de diferență [*bheda bhava*], iar apoi practicăm vreme îndelungată discipline spirituale [*sadhana*] pentru a ne debarasa de *bheda bhava* și a realiza unitatea. De ce să imaginezi sau să creezi *bheda bhava,* iar apoi s-o distrugi?[1]

Î: *Așa ceva se poate realiza numai prin grația maestrului. Am citit* Sri Bhagavata. *Scrie acolo că beatitudinea se obține numai cu ajutorul prafului de pe tălpile maestrului. Mă rog pentru a avea acest har.*

R: Ce altceva este beatitudinea dacă nu propria ta ființă? Nu ești separat de ființă, iar ființa este identică cu beatitudinea. Tu crezi că ești mintea sau corpul care sunt amândouă schimbătoare și trecătoare. Dar tu ești neschimbător și etern. Iată ce ar trebui să știi.

Î: *Este întuneric și sunt ignorant.*

R: Această ignoranță trebuie să dispară. Te întreb iar, cine spune „eu sunt ignorant"? El trebuie să fie martorul acestei ignoranțe. Iată ce ești. Socrate a spus: „Știu că nu știu". Poate asta să fie ignoranță? Este înțelepciune.

Î: *Atunci de ce mă simt nefericit când sunt la Vellore și mă liniștesc în prezența dumneavoastră?*

R: Sentimentul din acest loc poate fi beatitudine? Când pleci de aici spui că ești nefericit. Prin urmare, această pace nu este statornică, ea este amestecată cu nefericirea resimțită

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 148.

în alt loc. Aşadar, nu poţi găsi beatitudinea în diverse locuri şi perioade de timp. Ea trebuie să fie permanentă pentru a fi de vreun folos. Propria ta fiinţă este cea care este permanentă. Fii Sinele şi acesta este beatitudine. Tu eşti mereu asta[1].

Sinele este întotdeauna realizat. Nu trebuie să căutăm a realiza ceea ce este deja şi dintotdeauna realizat. Nu poţi să-ţi negi propria existenţă. Această existenţă este conştiinţă, este Sinele.

Nu poţi pune întrebări decât dacă exişti. Deci trebuie să admiţi propria ta existenţă. Această existenţă este Sinele. El este deja realizat. Prin urmare, efortul de a realiza nu are ca rezultat decât realizarea erorii tale din prezent – că nu ai realizat Sinele. Nu există vreo realizare a ceva nou. Sinele se revelează.

Î: *Asta va dura câţiva ani.*

R: De ce ani? Ideea de timp este numai în mintea ta. Ideea de timp nu este în Sine. Pentru Sine nu există timp. Timpul apare ca o idee după ce apare eul. Dar tu eşti Sinele care este dincolo de timp şi spaţiu. Tu exişti chiar şi în absenţa timpului şi a spaţiului[2].

Dacă ar fi adevărat că realizezi Sinele mai târziu, ar însemna că nu eşti realizat acum. Absenţa realizării din momentul prezent se poate repeta în orice moment din viitor, căci timpul este infinit. Tot astfel, o asemenea realizare este trecătoare. Dar acest lucru nu este adevărat. Este greşit să consideri realizarea ca fiind trecătoare. Ea este starea adevărată şi eternă care nu se poate schimba.

Î: *Da, o voi înţelege cu timpul.*

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 615.
[2] *Ibid.*, p. 589.

R: Tu ești deja această stare. Timpul și spațiul nu pot afecta Sinele. Ele sunt în tine. În același fel, tot ce vezi în jurul tău este în tine. Voi ilustra acest aspect printr-o poveste. O doamnă avea la gât un colier de nestemate. Pradă exaltării, ea a uitat de colier, începând să-l caute prin toată casa, fără a-l găsi. Femeia și-a întrebat prietenii și vecinii dacă știau ceva despre colier. Desigur, nu știau. În cele din urmă, un prieten binevoitor i-a spus să-și pipăie colierul pe care-l avea la gât. Astfel, ea a descoperit foarte fericită că el fusese tot timpul la gât. Ulterior, când alții au întrebat-o dacă a găsit colierul pe care-l pierduse, ea a spus: „Da, l-am găsit". Ea simțea totuși că și-a redobândit o bijuterie pierdută.

Dar, la urma urmei, a fost colierul pierdut? El s-a aflat tot timpul la gâtul ei. Dar analizați-i trăirile. Femeia a fost fericită de parcă ar fi găsit o bijuterie pierdută. La fel și noi ne imaginăm că vom realiza acel Sine într-o bună zi, dar de fapt nu suntem niciodată altceva decât Sinele[1].

Î: *Trebuie să fie ceva ce pot face pentru a ajunge în această stare.*

R: Ideea că există un scop și o cale ce duce spre el este greșită. Noi suntem mereu scopul sau pacea. Tot ceea ce trebuie este să ne debarasăm de ideea că nu suntem pace.

Î: *Toate cărțile spun că este necesară călăuzirea unui guru.*

R: Maestrul nu va spune decât ceea ce spun eu acum. El nu-ți va da ceva ce nu ai deja. Este imposibil ca cineva să obțină ceea ce nu are deja. Chiar dacă obține vreun asemenea lucru, el va pleca așa cum a venit. Ceea ce a venit va pleca.

[1] *Ibid.*, pp. 564-5.

Nu va rămâne decât ceea ce este dintotdeauna. Maestrul nu-ți poate da ceva nou, ceva pe care să nu-l ai deja. Este necesară doar îndepărtarea ideii că nu am realizat Sinele. Suntem mereu Sinele, dar nu ne dăm seama de asta[1].

Căutăm Sinele [*atma*] peste tot, spunând: „Unde este *atma*? Unde este?" până când avem în sfârşit parte de *jnana drishti* [discernământul cunoaşterii] și spunem: „Acesta e *atma*, acesta sunt eu". Trebuie să dobândim acel discernământ. Odată ce ajungem la el, nu vor mai exista ataşamente, chiar dacă ne amestecăm cu lumea şi umblăm prin ea. Odată ce ți-ai pus pantofi în picioare, nu vei mai simți durerea, indiferent peste câte pietre şi câți spini vei păşi în drumul tău. Păşeşti fără frică sau grijă, chiar dacă în drumul tău vor fi munți. În același fel, totul va fi natural pentru cei care au acces la *jnana drishti*. Ce există în afară de propriul Sine?

Î: *Starea naturală poate fi cunoscută numai după ce toată această perspectivă lumească se va retrage. Dar cum se poate retrage?*

R: Dacă mintea se retrage, întreaga lume se retrage. Mintea este cauza tuturor acestora. Dacă ea se retrage, starea naturală se iveşte. Sinele se afirmă mereu ca „Eu, Eu". El luminează de la sine. El este aici. Toate acestea sunt Sinele. Suntem doar în el. Fiind în el, de ce să îl cauți? Cei vechi spuneau: „Făcând vederea să fie absorbită în *jnana*, vom privi ca *Brahman*"[2].

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, pp. 15-16.
[2] S. Nagamma, *op. cit.*, p. 130.

CAPITOLUL 3

Cel care a realizat Sinele (*jnani*)

Mulți dintre vizitatorii ce veneau la Sri Ramana păreau a avea o curiozitate insațiabilă în legătură cu starea de realizare a Sinelui, fiind interesați mai cu seamă de modul în care un *jnani* se percepea pe sine însuși și lumea din jurul său. Unele întrebări care i se puneau în legătură cu acest subiect reflectau ideile bizare pe care le aveau mulți oameni despre această stare, însă majoritatea tindeau să fie variații pe marginea următoarelor patru întrebări:

1. Cum poate trăi un *jnani* fără vreo formă de conștiință individuală?
2. Cum poate el să spună că „nu face nimic" (afirmație des repetată de Sri Ramana) când alții îl văd acționând în lume?
3. Cum percepe el lumea? Percepe el lumea într-un fel sau altul?
4. Cum se raportează percepția conștiinței pure de care are parte cel care a realizat Sinele (*jnani*) față de stările de conștiință alternante ale corpului și minții ce apar în timpul veghii, visului și somnului profund?

Premisa ascunsă în spatele tuturor acestor întrebări este convingerea potrivit căreia există o persoană (un *jnani*) aflată

într-o stare pe care el o numeşte Sinele. Această presupoziţie nu este adevărată. Ea este o simplă construcţie mintală alcătuită de cei care nu au realizat Sinele (*ajnani*) pentru a înţelege experienţa unui *jnani*. Chiar şi folosirea cuvântului *jnani* demonstrează această convingere eronată, de vreme ce el desemnează literalmente un cunoscător al realităţii *(jnana);* din perspectiva Sinelui, nu există nici *jnani*, nici *ajnani*, ci doar *jnana*.

De multe ori, Sri Ramana a atras atenţia asupra acestui lucru, atât direct, cât şi indirect, dar puţini dintre interpelatorii săi au fost capabili să priceapă, fie şi la nivel conceptual, implicaţiile unei asemenea afirmaţii. Iată de ce el obişnuia să-şi adapteze ideile astfel ca ele să corespundă preconcepţiilor pe care le aveau ascultătorii lui. În cele mai multe conversaţii din acest capitol, Ramana acceptă că oamenii care îi pun întrebări fac o deosebire între *jnani* şi *ajnani* şi, fără a contesta bazele acestei premise, preia rolul unui *jnani*, încercând să explice implicaţiile faptului de a fi în respectiva stare.

Î: *Care este, deci, diferenţa dintre* baddha *şi* mukta, *dintre omul condiţionat şi cel eliberat?*

R: Omul obişnuit trăieşte în creier fără a fi conştient de sine în Inimă. Cel care a realizat Sinele [*jnana siddha*] trăieşte în Inimă. Când se mişcă de colo-colo şi interacţionează cu oamenii şi lucrurile, el ştie că ceea ce vede nu este ceva separat de realitatea ultimă, de *Brahman* pe care l-a realizat în Inimă ca fiind propriul lui Sine real.

Î: *Cum rămâne cu omul obişnuit?*

R: Tocmai am spus că el vede lucruri în exteriorul lui. El este separat de lume, de propria lui realitate profundă, de adevărul subiacent lui şi celor pe care le vede. Omul care a realizat

adevărul suprem al propriei sale existenţe realizează că acest adevăr este realitatea unică şi ultimă care se află în spatele lui şi în spatele lumii. De fapt, el conştientizează realitatea ca fiind una, Sinele din toţi şi din toate, etern şi neschimbător în tot ce este efemer şi schimbător[1].

Î: *Care este raportul dintre conştiinţa pură realizată de* jnani *şi percepţia acelui „eu sunt" care este acceptată ca fiind un dat primar al experienţei?*

R: Percepţia nediferenţiată a fiinţei pure este Inima sau *hridayam*, care este ceea ce eşti cu adevărat. Din Inimă apare acel „Eu sunt" care este datul primar al experienţei cuiva. În sine, caracterul său este absolut pur [*suddha-sattva*]. Tocmai această formă de puritate originară [*suddha-sattva-swarupa*], necontaminată de *rajas* şi *tamas* [activitate şi inerţie], pare a dăinui în *jnani*.

Î: *În cazul unui* jnani *eul subzistă în formă pură şi, în consecinţă, apare ca ceva real. Am dreptate?*

R: Apariţia eului în orice formă, fie la un *jnani* sau la un *ajnani*, este ea însăşi o experienţă. Dar, pentru *ajnani*, care este iluzionat să creadă că starea de veghe şi lumea sunt reale, eul pare şi el să fie real. Deoarece îl vede pe *jnani* acţionând ca alţi oameni, el se simte obligat să postuleze existenţa unei forme de individualitate şi în cazul celui care a realizat Sinele [*jnani*].

Î: *Cum funcţionează gândul-eu [*aham-vritti*] în cazul unui* jnani?

R: Gândul-eu nu funcţionează deloc în cazul lui. Natura reală a unui *jnani* este Inima însăşi, deoarece el este una şi se identifică cu conştiinţa pură şi nediferenţiată pe care *Upani-*

---

[1] K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, p. xx.

șadele o numesc *prajnana* [conștiința plenară]. *Prajnana* este realmente *Brahman*, absolutul, *Brahman* neexistând ca o realitate diferită de *prajnana*[1].

Î: *Un* jnani *are dorințe [*sankalpa*]?*

R: Principalele calități ale minții obișnuite sunt *tamas* și *rajas* [inerția și stimularea]; așadar, ea este plină de dorințe și slăbiciuni egoiste. Dar mintea unui *jnani* este *suddha-sattva* [armonie pură] și lipsită de formă, care funcționează în spațiul subtil al *vijnanamayakosha* [învelișul cunoașterii], prin intermediul căruia el menține legătura cu lumea. Așadar, și dorințele lui sunt pure[2].

Î: *Încerc să înțeleg perspectiva unui* jnani *asupra lumii. Este lumea percepută după realizarea Sinelui?*

R: De ce să te îngrijorezi în legătură cu lumea și ce se întâmplă cu ea după realizarea Sinelui? Mai întâi, realizează Sinele. Ce importanță are dacă lumea este percepută sau nu? Dobândești ceva care să te ajute în căutările tale nepercepând lumea în timpul somnului? Și invers, ce ai de pierdut acum dacă percepi lumea? Din perspectiva unui *jnani* sau a unui *ajnani* este absolut irelevant dacă el percepe sau nu lumea. Ea este văzută de amândoi, dar punctele lor de vedere diferă.

Î: *Dacă un* jnani *și un* ajnani *percep lumea în același fel, ce diferență este între ei?*

R: Văzând lumea, un *jnani* vede Sinele care este substratul a tot ce se vede; un *ajnani* ignoră adevărata lui ființă, Sinele, indiferent dacă vede lumea sau nu.

Să luăm exemplul imaginilor care se mișcă pe ecran într-un spectacol de cinema. Ce anume se află sub ochii tăi îna-

---

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 85-6.
[2] S. Cohen, *Guru Ramana*, pp. 101-2.

inte de începerea spectacolului? Doar ecranul. Pe ecran vezi întregul spectacol, iar în aparenţă imaginile sunt reale. Dar du-te şi încearcă să pui mâna pe ele. Pe ce pui mâna? Doar pe ecranul pe care au apărut imaginile. După spectacol, când imaginile dispar, ce mai rămâne? Iarăşi ecranul.

Tot aşa este şi cu Sinele. Doar el există, imaginile vin şi pleacă. Dacă te ancorezi ferm în Sine, nu vei fi amăgit de apariţia imaginilor. Nu contează deloc nici dacă imaginile apar sau dispar. Ignorând Sinele, un *ajnani* crede că lumea este reală, căci ignorând ecranul el vede numai imaginile, ca şi cum ele ar exista separate de el. Dacă omul ştie că fără văzător nu există nimic de văzut, după cum nu există imagini fără ecran, el nu este iluzionat. Un *jnani* ştie că ecranul şi imaginile nu sunt altceva decât Sinele. Când există imagini, Sinele este în forma lui manifestă; fără imagini, el rămâne în forma nemanifestată. Pentru un *jnani* este absolut irelevant dacă Sinele este într-o ipostază sau în alta. El este întotdeauna Sinele. Dar un *ajnani* este derutat văzând că omul care a realizat Sinele este activ[1].

Î: *Bhagavan vede lumea ca parte integrantă din el însuşi? Cum vede el lumea?*

R: Doar Sinele este şi nimic altceva. Cu toate acestea, din cauza ignoranţei, el este diferenţiat. Diferenţierea este tripartită:

1. de acelaşi fel;
2. de un fel diferit;
3. ca părţi în el însuşi.

[1] T.N. Venkataraman, *op. cit.*, pp. 60-2.

Lumea nu este un alt Sine asemănător cu Sinele. Ea nu este diferită de Sine; ea nu este nici parte a Sinelui.

Î: *Nu este lumea reflectată asupra Sinelui?*

R: Pentru a exista reflexie trebuie să existe un obiect și o imagine. Dar Sinele nu permite asemenea diferențe[1].

Î: *Are un* jnani *vise?*

R: Da, el visează, dar știe că este vorba despre un vis, așa cum știe că și starea de veghe este un vis. Le-ai putea denumi visul nr. 1 și visul nr. 2. Fiind ferm ancorat în cea de-a patra stare – *turiya,* realitatea supremă –, el este martorul detașat al celorlalte trei stări – veghea, visul și somnul fără vise – pe care le percepe ca pe niște imagini suprapuse peste cea de-a patra stare[2].

Pentru cei care cunosc starea de veghe, visul și somnul fără vise, starea de somn treaz, care este dincolo de aceste trei stări, este numită *turiya* [a patra]. Dar deoarece nu există decât *turiya,* iar cele trei stări aparente nu există, fii sigur că *turiya* este însăși *turiyatita* [dincolo de a patra][3].

Î: *Prin urmare, pentru un* jnani *nu există vreo diferență între cele trei stări ale minții?*

R: Cum poate exista ea, când mintea însăși se dizolvă și se pierde în lumina conștiinței?

Pentru un *jnani* toate cele trei stări sunt la fel de ireale. Dar un *ajnani* este incapabil să înțeleagă asta, deoarece pentru el standardul realității este starea de veghe, în timp ce pentru un *jnani* standardul realității este realitatea însăși. Această rea-

---

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi,* p. 217.
[2] S. Cohen, *op. cit.*, p. 100.
[3] S. Om (tr.), „The Original Writings of Sri Ramana", *Ulladu Narpadu Anubandham,* v. 32.

litate – conştiinţa pură – este eternă prin natura ei, subzistând, deci, în stările pe care le numeşti veghe, vis şi somn. Pentru cel care este una cu această realitate nu există nici mintea, nici cele trei stări ale ei şi, prin urmare, nici introversiune, nici extraversiune.

El se află mereu în stare de veghe, deoarece el este treaz faţă de Sinele etern; el se află mereu în stare de vis, deoarece pentru el lumea nu este decât fenomenul unui vis repetat; el se află mereu în stare de somn, deoarece el nu se identifică niciodată cu trupul lui[1].

Î: *Pentru un* jnani *nu există ideea identificării cu trupul [*dehatma buddhi*]? Dacă, de exemplu, Sri Bhagavan este muşcat de o insectă, există vreo senzaţie?*

R: Senzaţia există şi există, de asemenea, *dehatma buddhi*. Aceasta din urmă este comună atât unui *jnani*, cât şi unui *ajnani*, cu diferenţa că un *ajnani* crede că numai corpul este „eu însumi”, în timp ce un *jnani* ştie că toate sunt din Sine sau că tot acest spectacol este *Brahman*. Dacă trebuie să fie suferinţă, să fie suferinţă. Şi ea este parte a Sinelui. Sinele este *purna* [desăvârşit].

După ce transcende *dehatma buddhi*, individul devine *jnani*. În absenţa identificării cu trupul, nu poate exista nici *kartritva* [făptuire], nici *karta* [făptuitor]. Prin urmare, un *jnani* nu are *karma* [altfel spus, un *jnani* nu săvârşeşte acţiuni]. Asta este experienţa lui. Altminteri, el nu este un *jnani*. Pe de altă parte, un *ajnani* îl identifică pe *jnani* cu trupul lui, ceea ce *jnani* nu face[2].

[1] T.N. Venkataraman, *op. cit.*, p. 88.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 349-50.

Î: *Te văd făcând diverse lucruri. Cum poţi spune că nu săvârşeşti niciodată vreo acţiune?*

R: Radioul cântă şi vorbeşte, dar, dacă îl deschizi, nu vei găsi pe nimeni înăuntrul lui. Tot astfel, existenţa mea e precum spaţiul; deşi acest trup vorbeşte ca un radio, nu există nimeni înăuntru ca făptuitor[1].

Î: *Mi-e greu să înţeleg asta. Poţi detalia această problemă?*

R: Cărțile oferă diverse ilustrări pentru a ne ajuta să înțelegem cum un *jnani* poate să trăiască şi să acţioneze fără minte, deși pentru a trăi și acţiona este necesară folosirea minţii. Roata olarului se învârte în continuare chiar şi după ce olarul a încetat s-o mai învârtă, pentru că urciorul e gata. În același fel, ventilatorul se învârte câteva minute după ce am închis curentul. *Karma* predestinată [*prarabdha*] care a creat corpul va continua prin acțiunile de orice fel pe care era menită să le actualizeze. Dar un *jnani* traversează toate aceste activități fără gândul că el este făptuitorul lor. Este greu să înțelegi cum e posibil aşa ceva. De obicei, se spune că un *jnani* săvârşeşte acţiunile aşa cum mănâncă un copil trezit din somn pentru a mânca. Copilul mănâncă, dar a doua zi dimineață nu-şi aminteşte că a mâncat. Trebuie să nu uităm că toate aceste explicaţii nu sunt pentru *jnani*. El ştie şi nu are îndoieli. El ştie că nu este corpul, ştie că nu face nimic, chiar dacă trupul său poate fi implicat în vreo acţiune. Aceste explicaţii sunt pentru privitorii care cred că *jnani* este una cu un anumit corp şi nu se pot abţine să-l identifice cu trupul lui.

Î: *Se spune că şocul realizării este atât de puternic, încât corpul nu-i poate supravieţui.*

[1] S. Om, *Guru Vachara Kovai Urai*, p. 360.

R: Există felurite controverse sau şcoli de gândire în privinţa acestei probleme: dacă un *jnani* poate continua să trăiască în corpul lui fizic după realizare. Unii susţin că un om care moare nu poate fi un *jnani* deoarece corpul său trebuie să dispară instantaneu sau ceva de genul acesta. Ei avansează tot felul de concepţii ciudate. Dacă un om trebuie să-şi părăsească trupul imediat ce realizează Sinele, mă întreb cum este cu putinţă ca orice fel de cunoaştere a Sinelui să cuprindă oameni. Iar asta ar însemna că toți cei care ne-au oferit roadele realizării Sinelui în cărți nu pot fi consideraţi *jnani* deoarece au continuat să trăiască după momentul realizării. Și, dacă se afirmă că un om nu poate fi considerat *jnani* atâta vreme cât săvârşeşte acţiuni în lume (iar acţiunile sunt imposibile fără minte), atunci trebuie consideraţi *ajnani* nu doar marii înțelepți care au săvârșit diverse activități după ce au dobândit *jnana*, dar și zeii și însuși *Iswara* [suprema zeitate personală a hinduismului], deoarece el se îngrijeşte de lume neîncetat. De fapt, un *jnani* poate îndeplini foarte bine acțiuni nenumărate fără ca el să se identifice cumva cu ele sau să-şi imagineze că el este făptuitorul. O anumită putere acționează prin corpul lui şi îi foloseşte corpul pentru a îndeplini acțiunea[1].

Î: *Poate un* jnani *să comită păcate?*

R: Un *ajnani* vede pe cineva ca pe un *jnani*, identificându-l cu trupul. Deoarece nu cunoaşte Sinele şi îşi confundă corpul cu Sinele, el face aceeaşi greşeală şi în legătură cu starea unui *jnani*. În consecință, acesta din urmă este considerat corpul fizic.

---

[1] D. Muladiar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 189-90.

Deoarece, chiar dacă nu este făptuitorul, un *ajnani* îşi imaginează că este făptuitorul şi consideră că acţiunile corpului sunt ale sale, el crede că şi un *jnani* acţionează când corpul este activ. Dar un *jnani* cunoaşte adevărul şi nu cade pradă confuziei. Starea unui *jnani* nu poate fi recunoscută de către un *ajnani* şi, deci, problema nu există decât pentru *ajnani*, ea neexistând vreodată pentru un *jnani*. Dacă el este făptuitor, atunci trebuie să precizeze natura acţiunilor. Sinele nu poate fi făptuitorul. Descoperă cine este făptuitorul și Sinele iese la lumină.

Î: *Deci, la urma urmelor, lucrurile stau astfel. A vedea un* jnani *nu înseamnă a-l înțelege. Tu vezi corpul unui* jnani, *și nu* jnana *lui. Prin urmare, trebuie să fii un* jnani *pentru a cunoaște un* jnani.

R: Un *jnani* nu vede pe nimeni ca pe un *ajnani*. În ochii lui nu există decât o mulţime de *jnani*. În starea de ignoranță, omul suprapune propria ignoranță asupra unui *jnani*, confundându-l cu un făptuitor. În starea de *jnana*, un *jnani* nu vede nimic care să fie separat de Sine. Sinele nu este decât strălucire și *jnana* pură. În ochii lui nu există *ajnana*. Vom ilustra acest tip de iluzie sau suprapunere printr-o povestire. Doi prieteni au adormit unul lângă altul. Unul dintre ei a visat că au plecat amândoi într-o călătorie lungă şi că au avut parte de experiențe stranii. La trezirea din somn, el a povestit prin ce trecuse, întrebându-şi prietenul dacă n-a fost așa. Celălalt s-a mulțumit să-l ridiculizeze, spunând că totul nu a fost decât visul lui care nu putea să-l afecteze pe celălalt.

Nu altfel se întâmplă cu un *ajnani* care își suprapune ideile iluzorii asupra celorlalți[1].

Î: *Ați spus că un* jnani *poate fi și este activ, având de-a face cu oameni și lucruri. Acum nu mă mai îndoiesc de asta. Dar spuneți în același timp că nu vede vreo diferență; pentru el, totul e una, el este întotdeauna în conștiința pură. Dacă este așa, cum se raportează el la diferențe, la oameni și lucruri care sunt, de bună seamă, diferite între ele?*

R: El vede aceste diferențe ca simple aparențe, le vede ca nefiind separate de adevăr, de real, cu care el este una.

Î: *Un* jnani *pare să fie mai precis în expresiile lui, el înțelege diferențele mai bine decât omul obișnuit. Dacă pentru mine zahărul e dulce și pelinul e amar, și el își dă seama de asta. De fapt, pentru el toate formele, toate sunetele, toate gusturile etc. sunt la fel ca pentru ceilalți oameni. Dacă este așa, cum se poate spune că ele sunt simple aparențe? Nu fac ele parte din experiența lui de viață?*

R: Am spus că egalitatea este semnul unei *jnana* veritabile. Însuși termenul de „egalitate" presupune existența diferențelor. În toate diferențele, un *jnani* percepe tocmai unitatea, pe care o numesc „egalitate". Egalitate nu înseamnă ignorarea distincțiilor. Când ai realizat Sinele, poți vedea că aceste diferențe sunt foarte superficiale, că ele nu sunt câtuși de puțin importante sau permanente și că ceea ce este esențial în toate aceste aparențe este un singur adevăr, realitatea, pe care o numesc unitate. Ai vorbit despre sunet, gust, formă, miros etc. Este adevărat că un *jnani* își dă foarte bine seama de deosebiri, dar el percepe și resimte în toate acestea realitatea unică. Iată

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 479-80.

de ce el nu are preferințe. Fie că se mișcă de colo-colo, vorbește sau acționează, el acționează, se mișcă sau vorbește în această realitate unică. El nu are nimic în afară de singurul adevăr, adevărul ultim[1].

Î: *Se spune că un* jnani *se comportă cu o imparțialitate perfectă față de toți. Așa este?*

R: Da.

Prietenia, blândețea, bucuria și alte asemenea *bhava* [atitudini] devin absolut firești pentru ei. Duioșia față de cei buni, bunăvoința față de cei neajutorați, bucuria în săvârșirea de fapte bune, iertarea față de cei răi, toate aceste lucruri sunt trăsăturile firești ale unui *jnani.* (Patanjali, *Yoga Sutra,* 1:37).[2]

Întrebi despre toți acești *jnani*: ei sunt neschimbați în orice stare sau condiție, deoarece ei cunosc realitatea, adevărul. În rutina lor zilnică, atunci când mănâncă, se mișcă etc., cei care au realizat Sinele acționează numai pentru ceilalți. Nici măcar o acțiune nu este înfăptuită pentru ei înșiși. Ți-am spus deja în repetate rânduri că așa cum există oameni a căror profesie este să jelească pentru o sumă de bani, tot așa cei care au realizat Sinele fac lucruri de dragul celorlalți cu detașare, fără ca ei înșiși să fie afectați de aceste acțiuni.

Un *jnani* suspină cu cei care suspină, râde cu cei care râd, se joacă împreună cu cei jucăuși, cântă cu cei care cântă, fără a ieși din ritm. Ce pierde făcând aceste lucruri? Prezența lui este ca o oglindă pură și transparentă. Ea reflectă imaginea exact așa cum este. Dar *jnani,* care este doar o oglindă, rămâne neafectat de acțiuni. Cum poate o oglindă sau suportul pe care se află ea să fie afectate de imaginile reflectate? Nimic

[1] K. Sastri, *op. cit.*, pp. xxx-xxxi.
[2] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam,* p. 147.

nu le afectează, deoarece ele sunt simple suporturi. Pe de altă parte, actorii din lume – făptuitorii tuturor acțiunilor, *ajnani* – trebuie să decidă singuri ce cântec și ce acțiune sunt benefice lumii, ce este în concordanță cu scripturile [*sastra*] și ce este folositor[1].

Î: *Se spune că există eliberați aflați încă în corp [*sadeha mukta*] și eliberați în momentul morții [*videha mukta*].*

R: Nu există eliberare, deci unde sunt acești *mukta*?

Î: *Nu vorbesc scripturile* [sastra] *hinduse despre* mukti?

R: *Mukti* este sinonimă cu Sinele. Noțiuni precum *jivan mukti* [eliberat aflat încă în corp] și *videha mukti* există numai pentru ignoranți. Un *jnani* nu este conștient de *mukti* sau *bandha* [dependență]. Vorbim despre dependență, eliberare și tipuri de *mukti* numai pentru un *ajnani*, pentru a-l debarasa de ignoranță. Nu există decât *mukti* și nimic altceva.

Î: *Totul e perfect din perspectiva lui Bhagavan. Dar cum rămâne cu noi?*

R: Diferențierile dintre „el" și „eu" sunt obstacolele din calea cunoașterii [*jnana*][2].

Î: *Ați spus odată: „Cel eliberat este realmente liber să acționeze după plac, iar când părăsește învelișul muritor, el atinge dezlegarea supremă, dar nu se întoarce la această naștere care este, de fapt, moarte".*

Aceste afirmații dau impresia că, deși un jnani *nu se mai naște pe acest plan, el poate continua să lucreze pe planuri mai subtile dacă alege să facă așa. Mai are el vreo dorință de a alege?*

R: Nu, nu asta intenționam să spun.

[1] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 147.
[2] *Ibid.*, pp. 139-41.

Î: *Mai mult, un filosof indian, într-una dintre cărțile sale, interpretându-l pe Shankara, spune că nu există* videha mukti, *deoarece, după moarte,* mukta *dobândește un corp de lumină în care sălășluiește până când întreaga umanitate ajunge la eliberare.*

R: Asta nu poate fi perspectiva lui Shankara. În versetul 566 din *Vivekachudamani* el spune că, după dizolvarea învelișului fizic, cel eliberat devine precum „apa turnată în apă și uleiul în ulei". În această stare nu există nici dependență, nici eliberare. A lua alt corp înseamnă a arunca un văl, oricât de subțire, asupra realității, ceea ce este dependență. Eliberarea este absolută și irevocabilă[1].

Î: *Cum putem spune că un* jnani *nu se află pe două planuri? El se mișcă împreună cu noi prin lume și vede diferitele obiecte pe care le vedem. Nu e ca și cum nu le-ar vedea. De exemplu, când merge, el vede cărarea pe care pășește. Să zicem că în drumul lui se află un scaun sau o masă; el vede obstacolul și îl evită, ocolindu-l. Prin urmare, nu suntem noi nevoiți să admitem că el vede lumea și obiectele existente în timp ce, firește, vede Sinele?*

R: Spui că un *jnani* vede cărarea, pășește de-a lungul ei, întâlnește obstacole, le evită etc. În ochii cui se văd toate acestea, în ochii unui *jnani* sau în ai tăi? El vede numai Sinele și pe toate în Sine.

Î: *În cărțile noastre nu se dau exemple pentru a ne explica limpede această stare firească [*sahaja*]?*

R: Există asemenea exemple. De pildă, vezi o reflexie în oglindă și oglinda. Știi că oglinda este realitatea, iar imaginea

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 221.

din ea este o simplă reflexie. Este necesar ca, pentru a vedea oglinda, să nu mai vezi reflexia din ea?[1]

Î: *Care sunt criteriile fundamentale pentru a descoperi oamenii de înaltă spiritualitate, căci se povestește că unii dintre ei se comportă ca niște nebuni?*

R: Mintea unui *jnani* poate fi cunoscută numai de un *jnani*. Trebuie să fii tu însuți un *jnani* pentru a înțelege alt *jnani*. Cu toate acestea, seninătatea care se face pregnant simțită în jurul sfântului este singurul mijloc prin care căutătorul înțelege calibrul sfântului.

Cuvintele, acțiunile sau înfățișarea lui nu sunt indicii ale staturii sale spirituale, căci ele sunt, de regulă, dincolo de înțelegerea oamenilor obișnuiți[2].

Î: *De ce se spune în scripturi că înțeleptul este ca un copil?*

R: Un copil și un *jnani* se aseamănă. Incidentele îl preocupă pe copil doar pe durata desfășurării lor. Odată acestea consumate, el încetează să se mai gândească la ele. Așadar, este evident că evenimentele nu lasă nicio amprentă sau impresie asupra copilului, el nefiind afectat la nivel mintal de respectivele incidente. Așa este și cu un *jnani*[3].

Î: *Dumneavoastră sunteți Bhagavan. Prin urmare, ar trebui să știți când voi dobândi* jnana. *Spuneți-mi când voi fi un* jnani.

R: Dacă eu sunt Bhagavan, nu există nimeni în afara Sinelui – deci, nu există vreun *jnani* sau vreun *ajnani*. Dacă nu

[1] S. Cohen, *op. cit.*, pp. 101-2.
[2] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 144.
[3] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 393.

sunt Bhagavan, sunt la fel de breaz ca și tine și știu tot atât cât tine. În ambele cazuri, nu pot răspunde la întrebarea ta[1].

Venind aici, unii oameni nu pun întrebări despre ei înșiși. Întreabă dacă un *jivan mukta* vede lumea, dacă el este influențat de *karma,* vor să știe ce este eliberarea după ce te decorporalizezi, dacă eliberarea este cu putință numai după decorporalizare sau chiar în timp ce trăiești în corp, dacă trupul unui înțelept se transformă în lumină sau dispare într-un alt mod, dacă el poate fi eliberat, deși corpul este lăsat în urmă ca un cadavru.

Nu mai contenesc cu întrebările. De ce toate aceste felurite griji? Oare eliberarea constă în cunoașterea acestor lucruri?

Prin urmare, le spun: „Nu vă mai preocupați cu eliberarea. Există dependență? Aflați asta. Mai întâi de toate, vedeți-vă pe voi înșivă"[2].

[1] *Ibid.*, p. 3.
[2] *Ibid.*, p. 53.

PARTEA A DOUA

Interogare și abandon

„Eu exist" este singura experiență permanentă și apriorică a fiecăruia. Nimic altceva nu este atât de evident prin sine precum „Eu sunt". Ceea ce oamenii spun că este evident, cu alte cuvinte, experiența pe care o au prin intermediul simțurilor, nu are nici pe departe un caracter evident. Numai Sinele este astfel. Prin urmare, a recurge la investigarea de sine și a fi acel „eu sunt" este tot ce avem de făcut. Eu sunt cutare sau cutare lucru este ireal. „Eu sunt" este adevărul, alt nume al Sinelui.[1]

Devoțiunea nu este decât a te cunoaște pe sine.[2]

La o analiză mai atentă, forma supremă a devoțiunii și a cunoașterii [*jnana*] sunt identice ca natură. A spune că una dintre acestea două este un mijloc în vederea celeilalte înseamnă a ignora natura ambelor. Calea cunoașterii [*jnana*] și calea devoțiunii sunt legate una de alta. Urmează aceste două căi inseparabile fără a le separa una de cealaltă.[3]

[1] *Ibid.*, p. 534.
[2] M. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 157.
[3] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 176.

CAPITOLUL 4

Teoria investigării de sine

Ne amintim că în capitolul despre conştientizarea şi ignorarea Sinelui Sri Ramana susţinea că Realizarea Sinelui poate fi indusă prin simpla abandonare a ideii că există un sine individual care funcţionează prin intermediul corpului şi al minţii. Câţiva dintre discipolii săi mai avansaţi au putut face asta rapid şi uşor, dar celorlalţi le-a fost practic imposibil să se debaraseze de obiceiurile lor întipărite o viaţă întreagă fără a practica o anumită disciplină spirituală. Sri Ramana privea plin de compasiune situaţia lor şi, de câte ori i se cerea să recomande un exerciţiu spiritual care va înlesni conştientizarea Sinelui, el propunea o tehnică pe care o numea investigarea de sine. Acest exerciţiu era piatra de temelie a filosofiei sale practice, iar următoarele trei capitole vor fi dedicate prezentării în detaliu a tuturor aspectelor sale.

Înainte de a începe descrierea tehnicii propriu-zise va fi necesar să explicăm punctul de vedere pe care Sri Ramana îl avea asupra naturii minţii, deoarece scopul investigării de sine este de a descoperi, printr-o experienţă nemijlocită, că mintea este inexistentă. Sri Ramana spunea că fiecare activitate conştientă a minţii sau a corpului gravitează în jurul premisei acceptate tacit că există un „eu" care face ceva. Numitorul comun în propoziţii precum „eu cred", „eu îmi amintesc", „eu acţionez" este „eul" care presupune că este responsabil pen-

tru toate aceste activități. Sri Ramana numea acest numitor comun ideea de „eu" (*aham-vritti*). *Aham-vritti* înseamnă, literalmente, „modificare mintală a eului". Sinele sau „Eul" real nu-și imaginează niciodată că face sau gândește ceva. „Eul" care își imaginează toate astea este o funcție mintală, fiind numită, deci, o modificare mintală a Sinelui. Deoarece această traducere a lui *aham-vritti* este oarecum greoaie, expresia este de regulă tradusă prin „ideea de eu".

Sri Ramana susținea că conceptul de individualitate nu este decât ideea de „eu" care se manifestă în diferite moduri. În loc de a privi diferitele activități ale minții (precum identitatea personală, intelectul și memoria) ca pe niște funcții separate, el prefera să le vadă ca pe niște forme diferite ale ideii de „eu". Deoarece el echivala individualitatea cu mintea și mintea cu ideea de „eu", rezultă că dispariția conștiinței propriei individualități (adică realizarea Sinelui) presupune atât dispariția minții, cât și a ideii de „eu". Acest lucru este confirmat de afirmațiile lui frecvente potrivit cărora, după realizarea Sinelui, nu mai există un gânditor al gândurilor, un făptuitor și nici conștiința existenței individuale.

Deoarece Ramana susținea că Sinele este singura realitate existentă, el considera ideea de „eu" o supoziție greșită care nu are existență proprie. Ramana îi explica apariția spunând că ea pare să existe doar prin identificarea cu un obiect. Când se ivesc gândurile, ideea de „eu" își revendică proprietatea asupra lor – „eu gândesc", „eu cred", „eu vreau", „eu acționez" –, dar nu există vreo idee de „eu" care să existe independent de obiectele cu care se identifică. Ea pare să existe ca o entitate stabilă doar din cauza fluxului de identificări ce au loc neîncetat. Aproape toate aceste identificări au ca origine supoziția

inițială că „eul" se limitează la corp, fie în calitate de posesor-ocupant, fie ca o realitate coextensivă cu forma sa fizică. Ideea că „eu sunt corpul" este sursa primară a tuturor identificărilor eronate care urmează, iar lichidarea ei este principalul scop al investigării de sine.

Sri Ramana susținea că această tendință spre identificări autolimitante poate fi ținută în frâu încercând să separi subiectul „eu" de obiectele mintale cu care s-a identificat. Cum ideea de „eu" individual nu poate exista fără un obiect, dacă atenția se concentrează asupra senzației subiective de „eu" sau „eu sunt" cu o asemenea intensitate încât nu apar gânduri precum „eu sunt asta" sau „eu sunt cealaltă", atunci „eul" individual nu va putea să se conecteze cu obiecte. Dacă se persistă în această conștientizare a „eului", atunci „eul" individual (ideea de „eu") va dispărea, iar în locul lui nu va fi decât experiența nemijlocită a Sinelui. Atenția îndreptată constant asupra percepției interioare a lui „eu" sau „eu sunt" a fost numită investigare de sine (*atma vichara*) de către Sri Ramana, el recomandând-o mereu ca modalitatea cea mai eficientă și directă de a descoperi irealitatea ideii de „eu".

În termenii lui Sri Ramana, ideea de „eu" se ivește din Sine sau din Inimă, retrăgându-se în Sine când tendința acestuia de identificare cu obiectele gândirii încetează. Iată de ce Ramana își adapta adeseori sfaturile pentru a corespunde imaginii unui „eu" care crește și descrește. El putea să spună „urmărește ideea de «eu» până la izvorul ei" sau „descoperă de unde se ivește «eul»", dar sensul era întotdeauna același. Oricare ar fi fost limbajul folosit, el își sfătuia discipolii să conștientizeze mereu ideea de „eu" până când se dizolva în izvorul de unde provenea.

Uneori, el amintea că menționarea și repetarea mintală a pronumelui „eu" duc și ele în direcția cea bună, dar este important de știut că aceasta nu-i decât o etapă preliminară a practicii. Repetarea pronumelui „eu" presupune încă existența unui subiect (ideea de „eu") ce are o percepție a unui obiect (gândurile: „Eu, Eu") și, atât timp cât această dualitate există, ideea de „eu" va continua să prospere. În cele din urmă, ea dispare doar când încetează percepția tuturor obiectelor, fie acestea materiale sau mintale. O astfel de dispariție nu este indusă dacă ești conștient *de* un „eu", ci doar dacă *ești* „eul". Această etapă în care nu ești conștient de un obiect, ci ai experiența directă a subiectului este faza culminantă a investigării de sine și va fi explicitată mai amănunțit în capitolul ce urmează.

Această distincție importantă este elementul-cheie care deosebește investigarea de sine de aproape toate celelalte practici spirituale și explică de ce Sri Ramana a afirmat întotdeauna că celelalte practici sunt, în marea lor majoritate, ineficiente. El remarca adesea că meditațiile și practicile yoga tradiționale presupun existența unui subiect care meditează asupra unui obiect, adăugând de regulă că un astfel de raport hrănea ideea de „eu" în loc să o elimine. În opinia lui, asemenea practici pot fi eficiente în liniștirea minții, putând da naștere chiar unor experiențe extatice, dar ele nu vor culmina niciodată cu realizarea Sinelui, deoarece ideea de „eu" nu este izolată și privată de identitate.

În cea mai mare parte, conversațiile care alcătuiesc acest capitol vizează opiniile lui Ramana despre baza teoretică a investigării de sine. Aspectele practice ale tehnicii vor fi explicitate mai amănunțit în capitolul 5.

Î: *Care este natura minţii?*

R: Mintea nu este nimic altceva decât ideea de „eu". Mintea şi eul sunt unul şi acelaşi lucru. Celelalte facultăţi mintale precum intelectul şi memoria nu sunt nici ele altceva. Mintea [*manas*], intelectul [*buddhi*], depozitul de tendinţe mintale [*cittam*] şi eul [*ahamkara*], toate acestea sunt doar mintea însăşi, ca atunci când dăm cuiva nume diferite potrivit diferitelor lui funcţii. Sufletul individual [*jiva*] nu este decât acest suflet sau eu[1].

Î: *Cum vom descoperi natura minţii, cu alte cuvinte, cauza ei primă sau numenul a cărui manifestare este?*

R: Dacă structurăm ideile în ordinea valorii, ideea de „eu" este gândul cel mai important. Gândul sau ideea de personalitate este, de asemenea, rădăcina tuturor celorlalte gânduri, deoarece fiecare idee sau gând nu se poate ivi decât ca gândul cuiva şi nu cunoaştem să existe aşa ceva independent de eu. Prin urmare, eul vădeşte o activitate gânditoare. Persoanele a doua şi a treia [el, tu, acela etc.] nu apar decât din perspectiva persoanei întâi [eu]. Deci ele se ivesc numai după ce apare persoana întâi, astfel că toate cele trei persoane par să se ivească şi să se stingă împreună. Depistează, deci, cauza primă a „eului" sau a personalităţii[2].

De unde apare acest „eu"? Caută-l în interior; atunci el va dispărea. Asta înseamnă căutarea înţelepciunii. Când mintea îşi explorează fără încetare propria natură, devine evident că mintea ca atare nu există. Aceasta este calea directă pentru toţi. Mintea nu este decât gânduri. Dintre toate gândurile,

[1] M. Spenser, „Sri Bhagavan`s letter to Ganapati Muni", *The Mountain Path*, 1982, vol. 19, p. 96.
[2] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 25.

gândul „eu" este rădăcina. Prin urmare, mintea nu este decât gândul „eu"[1].

Nașterea ideii de „eu" coincide cu nașterea persoanei, moartea eului este moartea persoanei. După ce a apărut ideea de „eu", apare identificarea eronată cu trupul. Debarasează-te de ideea de „eu". Atât timp cât eul e viu există durere. Când eul încetează să existe, nu există durere.

Î: *Da, dar când iau urma ideii de „eu", se ivesc alte gânduri și mă întrerup.*

R: Vezi ale cui gânduri sunt. Ele vor dispărea, deoarece își au rădăcina doar în ideea de „eu". Continuă să mergi pe urmele ei și gândurile vor dispărea[2].

Î: *Cum poate o investigație inițiată de eu să îi reveleze propria irealitate?*

R: Existența eului ca fenomen este depășită când te cufunzi în izvorul de unde se ivește ideea de „eu".

Î: *Dar nu este* aham-vritti *doar una dintre cele trei forme în care se manifestă eul?* Yoga Vasishtha *și alte texte din vechime afirmă că eul are o formă tripartită.*

R: Așa este. Eul este descris ca având trei corpuri – grosier, subtil și cauzal –, dar această descriere are doar scopul unei expuneri analitice. Dacă metoda de investigare ar fi dependentă de forma eului, ar însemna că orice investigare ar deveni absolut imposibilă, deoarece formele pe care le poate lua eul sunt nenumărate. Prin urmare, în scopul investigării de sine, trebuie să pornești de la premisa că eul nu are decât o singură formă, adică *aham-vritti*.

---

[1] A. Osborne (ed.), *The Collected Works of Ramana Maharshi, Upadesa Saram*, vv. 19, 17, 18, p. 85.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 232-3.

Î: *Dar această cale se poate dovedi necorespunzătoare pentru a realiza* jnana.

R: Investigarea de sine pe baza indiciilor oferite de *aham-vritti* seamănă cu un câine care ia urma stăpânului său după miros. Stăpânul se poate afla departe, într-un loc necunoscut, dar asta nu îl împiedică pe câine să-i ia urma. Pentru animal, mirosul stăpânului este un indiciu infailibil și nimic altceva, precum hainele pe care le poartă, constituția fizică, statura etc. Căutându-și stăpânul, câinele urmărește neabătut acel miros și, în final, reușește să-l găsească.

Î: *Însă problema rămâne: de ce căutarea sursei lui* aham-vritti, *ca diferit de alte* vritti *[modificări ale minții], ar trebui considerată ca modalitatea directă de realizare a Sinelui?*

R: Deși ideea de „eu" sau de „eu sunt" este cunoscută îndeobște ca *aham-vritti,* ea nu este cu adevărat o *vritti* [modificare] precum celelalte modificări ale minții. Căci, spre deosebire de alte modificări care nu au o corelație esențială, *aham-vritti* este legată în mod egal și esențial cu fiecare *vritti* a minții. Fără *aham-vritti* nu pot exista alte *vritti,* dar *aham-vritti* poate subzista pe cont propriu fără a depinde de orice altă *vritti* a minții. Prin urmare, *aham-vritti* este fundamental diferită de celelalte *vritti.*

Așadar, căutând sursa lui *aham-vritti* nu cauți doar baza uneia dintre formele eului, ci însăși sursa din care se ivește „eu sunt". Cu alte cuvinte, căutarea și realizarea sursei eului în formă de *aham-vritti* presupun în mod necesar depășirea eului în toate formele sale cu putință.

Î: *Admițând că* aham-vritti *conține în chip esențial toate formele eului, de ce să alegem tocmai acea* vritti *ca principal mijloc de cercetare a Sinelui?*

R: Deoarece ea este singurul dat ireductibil al experienței tale și deoarece căutarea sursei lui este singura cale accesibilă pe care o poți adopta pentru a realiza Sinele. Se spune că eul are un corp cauzal [starea „eului” în timpul somnului], dar cum îl poți transforma în subiectul investigației tale? Când eul împrumută acea formă, tu ești cufundat în bezna somnului.

Î: *Dar eul în forma lui subtilă și, respectiv, cauzală nu este prea intangibil pentru a fi abordat printr-o investigație a sursei lui* aham-vritti, *investigație efectuată în timp ce mintea e în stare de veghe?*

R: Nu. Investigația sursei lui *aham-vritti* vizează direct însăși existența eului. Prin urmare, subtilitatea formei eului nu este o obiecție valabilă.

Î: *De vreme ce singurul scop este de a realiza necondiționatul, ființa pură a Sinelui, care nu este în niciun fel dependentă de eu, cum poate o investigație ce privește eul sub forma lui* aham-vritti *să fie de vreun folos?*

R: Din punct de vedere funcțional, eul are o singură caracteristică. Eul funcționează ca un nod între Sine, care este conștiință pură, și corpul fizic, care este inert și lipsit de simțire. Eul este numit, deci, *cit-jada-granthi* [nodul dintre conștiință și corpul inert]. Investigând sursa lui *aham-vritti,* ai în vedere aspectul esențial al eului, aspect care este conștiința [*cit*]. Din acest motiv, investigația trebuie să ducă la realizarea conștiinței pure a Sinelui[1].

Trebuie să faci deosebirea între „eu”, care în sine este pur, și ideea de „eu”. Aceasta din urmă, fiind doar un gând, vede subiecte și obiecte, doarme, se trezește, mănâncă și gândește,

[1] T.N. Venkataraman (pub.), *Mahashi's Gospel,* pp. 83-5.

moare şi renaşte. Dar „eul" pur este ființa pură, existența eternă, liberă de ignoranță şi de iluzia gândirii. Dacă eşti numai „eu", ființa ta pură, fără gânduri, ideea de „eu" va dispărea, iar iluzia se va spulbera pentru totdeauna. La cinema poți vedea imagini doar când lumina este foarte slabă sau în întuneric. Dar când se aprind toate luminile, imaginile dispar. Tot aşa în potopul de lumină a supremului *atman* toate obiectele dispar.

Î: *Aceasta este starea transcendentă.*

R: Nu. Ce este depăşit şi de către cine? Doar tu exişti[1].

Î: *Se spune că Sinele este dincolo de minte şi totuşi realizarea este co-relativă minții. „Mintea nu o poate gândi. Realizarea nu poate fi gândită de către minte și numai mintea o poate realiza." Cum se pot împăca aceste contradicții?*

R: *Atman* este realizat cu *mruta manas* [mintea moartă], cu alte cuvinte, mintea lipsită de gânduri şi întoarsă către interior. Apoi mintea își vede propria sursă şi devine această sursă [Sinele]. Ea nu mai este subiectul care percepe un obiect.

Când camera este în beznă avem nevoie de o lampă pentru a o lumina şi de ochi pentru a lua cunoştință de obiecte. Dar când a răsărit soarele nu mai este nevoie de lampă pentru a vedea obiecte. Pentru a vedea soarele nu este nevoie de lampă, ajunge să-ți îndrepți ochii spre soarele care luminează de la sine.

Tot aşa se întâmplă şi cu mintea. Pentru a vedea obiectele este necesară lumina reflectată a minții. Pentru a vedea Inima este suficient ca mintea să fie întoarsă către ea. Apoi mintea se pierde pe sine, iar Inima străluceşte nestingherită[2].

---

[1] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 46.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 94-5.

Esența minții nu este decât conștiință. Cu toate acestea, când eul o domină, ea funcționează ca abilitate de a raționa, gândi sau analiza. Mintea cosmică, nefiind limitată de eu, nu există nimic separat de ea și, așadar, ea este numai conștiință. Iată ce vrea să spună Biblia cu „Eu sunt Cel ce sunt"[1].

Când mintea dispare în conștiința supremă a propriului Sine, să știi că toate diferitele facultăți, începând cu facultatea de a avea preferințe [inclusiv facultatea de a face și facultatea de a ști] vor dispărea cu totul, constatându-se că sunt închipuiri imaginare lipsite de orice realitate, închipuiri ce apar în propria formă de conștiință a individului. Mintea impură care funcționează ca gândire și uitare, doar ea este *samsara* – ciclul nașterii și al morții. Doar „eul" real în care a pierit capacitatea de gândire și uitare este eliberarea veritabilă. El este lipsit de *pramada* [uitare a Sinelui], uitare care este cauza nașterii și a morții[2].

Î: *Cum trebuie distrus eul?*

R: Sesizează mai întâi eul și abia apoi întreabă-te cum trebuie distrus. Cine pune întrebarea? Eul. Această întrebare este o cale sigură de a cultiva eul, și nu de a-l ucide. Dacă vei căuta eul, vei descoperi că el nu există. Iată calea de a-l distruge[3].

Î: *Cum este făcută cu putință realizarea?*

R: Există un Sine absolut, iar din acest Sine sare o scânteie ca dintr-un foc. Scânteia este numită eu. În cazul unui om ignorant, acesta se identifică cu un obiect simultan cu apariția lui. Eul nu poate să rămână independent față de o astfel de asociere cu obiecte. Asocierea este *ajnana* sau ignoranță, iar

---

[1] *Ibid.*, pp. 154-5.
[2] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 42, 613.
[3] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 574.

nimicirea ei este obiectul eforturilor noastre. Dacă tendința lui obiectivantă este nimicită, el rămâne pur și, de asemenea, se contopește în sursa lui. Identificarea eronată cu trupul este *dehatma buddhi* [ideea că „eu sunt trupul"]. Această identificare trebuie să dispară înainte ca orice rezultate benefice să poată surveni.

„Eul" este perceput în toată puritatea lui în intervalele dintre două stări sau două gânduri. Eul este precum omida care se desprinde dintr-un anumit loc numai după ce găsește altul de care să se prindă. Adevărata lui natură poate fi descoperită când el nu se află în contact cu obiecte sau gânduri[1].

Acest eu fantomatic care este lipsit de formă începe să existe asumând o formă; asumând o formă, reușește să dăinuie; hrănindu-se cu formele pe care le preia, se amplifică; părăsind o anumită formă, preia o altă formă, dar când este căutat, o ia la fugă.

Persoanele a doua și a treia [tu, el, ei/ele etc.] vor exista doar dacă există această persoană întâi sub forma identificării cu trupul. Dar dacă omul examinează atent adevărul persoanei întâi, persoana întâi este nimicită, persoanele a doua și a treia vor înceta să existe, iar adevărata natură a individului va începe să strălucească imediat ce individul va fi cu adevărat starea de Sine[2].

Gândul că „eu sunt acest corp de carne și oase" este firul pe care sunt înșirate toate celelalte gânduri. Prin urmare, dacă ne întoarcem spre interior, întrebând „unde este acest eu?",

[1] *Ibid.*, pp. 244-5.
[2] S. Om (tr.), *„Ulladu Narpadu – Kalivenba"*, *The Mountain Path*, 1981, vol. 18, pp. 220, 219.

toate gândurile (inclusiv ideea de „eu") vor înceta și cunoașterea Sinelui va începe să lumineze spontan[1].

Î: *Când citesc operele lui Sri Bhagavan văd că se spune că investigația este singura metodă pentru realizarea Sinelui.*

R: Da, ea este *vichara* [investigarea de sine].

Î: *Cum trebuie să facem asta?*

R: Cel care face investigarea trebuie să admită existența propriului Sine. „Eu sunt" este realizarea. Urmărirea indiciului până la realizare este *vichara. Vichara* și realizarea sunt identice.

Î: *Este prea vag. Asupra a ce trebuie să meditez?*

R: Meditația necesită un obiect asupra căruia să meditezi, în vreme ce în *vichara* există numai subiectul fără obiect. Meditația diferă de *vichara* în acest mod.

Î: *Nu este* dhyana *[meditația] unul dintre procedeele eficiente pentru realizarea Sinelui?*

R: *Dhyana* este concentrare asupra unui obiect. Ea are ca scop să țină departe gândurile de tot felul și să fixeze mintea asupra unui singur gând, care trebuie să dispară și el înaintea realizării. Dar realizarea nu este ceva nou, ceva care trebuie dobândit. Ea este deja prezentă, dar este eclipsată de ecranul gândurilor. Toate încercările noastre vizează ridicarea acestui ecran, moment în care realizarea se revelează.

În cazul în care căutătorii sunt sfătuiți să mediteze, mulți vor pleca satisfăcuți de acest sfat. Dar cineva dintre ei s-ar putea întoarce din drum și ar putea să întrebe: „Cine sunt eu, cel care meditează asupra obiectului?" Unui asemenea om

[1] S. Om (tr.), *The Path of Sri Ramana, Atmavidya Kirtanam*, v. 2, p. 45.

trebuie să i se spună să descopere Sinele. Iată țelul. Aceasta este *vichara.*

Î: *Va fi suficient să practicăm numai* vichara *fără meditație?*

R: *Vichara* este și procedeul, și scopul. „Eu sunt" este scopul și realitatea ultimă. Efortul de a te ține de ea este *vichara.* Când survine spontan și natural, ea este realizarea[1]. Dacă individul abandonează *vichara*, cea mai eficientă *sadhana,* nu există alte mijloace pentru a face mintea să dispară. Dacă este făcută să se retragă prin alte mijloace, ea va părea inexistentă, dar va ieși iar la iveală[2]. Investigarea de sine este singura metodă infailibilă, singura metodă nemijlocită pentru a realiza ființa necondiționată și absolută care ești de fapt.

Î: *De ce investigarea de sine trebuie considerată singura metodă directă spre* jnana?

R: Deoarece orice tip de *sadhana,* exceptând *atma-vichara* [investigarea de sine], presupune menținerea minții ca instrument pentru a continua *sadhana*, care nu poate fi practicată fără minte. Eul poate lua diferite forme mai subtile în diferitele etape ale practicii cuiva, dar el nu este distrus niciodată.

Când Janaka a exclamat: „Acum am descoperit hoțul care m-a ruinat toată viața. Îi voi veni de hac fără preget", regele se referea de fapt la eu sau minte.

---

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 357.
[2] Muruganar, *op. cit.*, v. 756.

Î: *Dar hoțul poate fi prins și prin alte metode [*sadhana*].*

R: Încercarea de a distruge eul sau mintea prin alte *sadhana* în afară de *atma-vichara* este ca și cum hoțul s-ar preface a fi polițist pentru a prinde hoțul, adică pe el însuși. Doar *atma-vichara* poate scoate la iveală adevărul că nici eul și nici mintea nu există cu adevărat, îngăduindu-ne să realizăm ființa pură și nediferențiată a Sinelui sau absolutul.

După ce am realizat Sinele, nu mai rămâne nimic de cunoscut, deoarece el este beatitudine desăvârșită, el este totul[1].

Î: *De ce este investigarea de sine o metodă mai directă decât altele?*

R: Atenția îndreptată asupra propriului Sine, care strălucește mereu ca „eu", realitatea unică, nedivizată și pură, este singura plută cu care individul iluzionat de convingerea că „eu sunt corpul" poate să traverseze oceanul fără de sfârșit al nașterilor[2].

Realitatea este pur și simplu lipsa eului. Distruge eul căutându-i identitatea. Deoarece eul nu este o entitate, el va dispărea automat și realitatea va străluci de la sine. Iată metoda directă, în timp ce toate celelalte metode sunt puse în practică numai prin păstrarea eului. În cadrul acestor metode se ivesc atât de multe îndoieli și, în cele din urmă, eterna întrebare „cine sunt eu?" rămâne să-și găsească un răspuns. Dar în această metodă întrebarea finală este singura întrebare și ea se ivește de la bun început. Nu sunt necesare niciun fel de *sadhana* pentru a porni în această explorare.

Nu există mister mai mare decât acesta – că, fiind realitatea, noi căutăm să dobândim realitatea. Credem că există

[1] T. N. Venkataraman, *op. cit.*, p. 51.
[2] Muruganar, *op. cit.*, v. 294.

ceva care ne ascunde realitatea şi că trebuie nimicit înainte de a dobândi realitatea. Este ridicol. Va veni ziua când voi înşivă veţi râde de eforturile voastre din trecut. Ceea ce va fi în ziua când veţi râde există chiar aici şi acum[1].

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 130.

CAPITOLUL 5

Practica investigării de sine

Începătorii într-ale investigării de sine erau sfătuiți de Sri Ramana să-și îndrepte atenția asupra senzației interioare de „eu" și să mențină această senzație cât mai multă vreme cu putință. Li se spunea că, dacă atenția le este distrasă de alte gânduri, ei trebuie să revină la percepția ideii de „eu" ori de câte ori realizează că atenția le-a luat-o razna. El sugera diverse modalități pentru a facilita acest proces – individul putea să se întrebe „cine sunt eu" sau „de unde vine acest eu?" –, dar scopul final era de a fi mereu conștient de „eul" care presupune că este responsabil pentru toate activitățile corpului și minții.

În etapele de început ale practicii, atenția îndreptată spre percepția eului este o activitate mintală care ia forma unui gând sau a unei percepții. Pe măsură ce practica avansează, gândul „eu" lasă locul unei percepții subiective a eului, percepție ce dispare complet când nu mai este identificată cu gânduri și obiecte. Ceea ce rămâne este o experiență a ființei în care senzația de individualitate a încetat temporar să funcționeze. La început, experiența poate fi intermitentă, dar insistând în practică, ea devine tot mai ușor de atins și menținut. Când investigarea de sine ajunge la acest nivel, apare o conștientizare a ființei ce nu presupune efort, stare în care efortul individual

nu mai este posibil deoarece „eul" care face efortul a încetat temporar să existe. Această stare nu este realizarea Sinelui deoarece ideea de „eu" se reafirmă periodic, dar ea este cel mai înalt nivel al practicii. Pătrunderea repetată în această stare a ființei șubrezește și distruge tendințele mintale (*vasana*), care fac să apară ideea de „eu", iar când dominația lor a fost îndeajuns șubrezită, puterea Sinelui nimicește tendințele reziduale atât de temeinic, încât ideea de „eu" nu mai apare niciodată. Aceasta este starea ultimă și ireversibilă de realizare a Sinelui.

Această practică a atenției îndreptate către sine sau de conștientizare a ideii de „eu" este o tehnică blândă care ocolește metodele uzuale de controlare a minții. Ea nu este un exercițiu de concentrare, neavând nici scopul de a suprima gândurile; ea nu face decât să recurgă la conștientizarea sursei din care izvorăște mintea. Metoda și scopul investigării de sine sunt de a rămâne fixat în sursa minții și de a fi conștient de ceea ce este cu adevărat individul prin mutarea centrului de atenție și interes de la ceea ce individul nu este. În etapele de început ale practicii, efortul de a transfera atenția de la gânduri la gânditor este esențial, dar odată ce conștientizarea senzației de „eu" este bine statornicită, efortul devine contraproductiv. Începând din acel moment, avem de-a face mai mult cu un proces al ființării decât al făptuirii, cu un proces al ființării ce nu presupune efort, mai curând decât cu un efort de a fi.

A fi ceea ce ești deja nu presupune efort, deoarece ființarea este mereu prezentă și mereu resimțită. Pe de altă parte, a te preface că ești ceea ce nu ești (mai precis, corpul și mintea) necesită un efort mintal continuu, chiar dacă efortul este aproape întotdeauna la un nivel subconștient. Rezultă, așadar, că în etapele mai înalte ale investigării de sine efortul distrage

atenția de la experiența ființării în vreme ce oprirea efortului mintal o revelează. În cele din urmă, descoperirea Sinelui nu este rezultatul vreunei acțiuni, ci doar al ființării. Așa cum însuși Sri Ramana a remarcat odată:

Să nu meditezi – să fii!
Să nu crezi că ești – să fii!
Nu te gândi la ființă – ești![1]

Investigarea de sine nu trebuie privită ca o meditație care are loc la anumite ore și în anumite poziții; ea trebuie să continue pe întreaga perioadă a stării de veghe, indiferent de ceea ce facem. Sri Ramana nu vedea vreo incompatibilitate între muncă și investigarea de sine, susținând că, după un oarecare antrenament, ea poate fi făcută în orice împrejurări. El spunea uneori că niște perioade regulate de practică formală erau bune pentru începători, dar nu a pledat niciodată pentru perioade lungi de meditație în poziția așezat, împotrivindu-se întotdeauna când vreunul dintre discipolii săi își exprima dorința de a renunța la activitățile mundane pentru a-și dedica viața meditației.

Î: *Spui că omul poate realiza Sinele căutându-l. Care este caracterul acestei căutări?*

R: Tu ești mintea sau crezi că ești mintea. Mintea nu este nimic altceva decât gânduri. În spatele fiecărui gând specific există un gând generic, gând care este „eul", adică tu însuți. Să numim acest „eu" primul gând. Aderă la acest gând – la „eu" –

[1] S. Abhishiktananda, *The Secret of Arunachala*, p. 73.

și explorează-l pentru a descoperi ce anume este el. Când acest gând prinde rădăcini puternice în tine, nu te mai poți gândi la altceva.

Î: *Când fac asta și mă agăț de mine însumi, adică de ideea de „eu", alte gânduri vin și pleacă, dar mă întreb: „Cine sunt eu?" și nu vine niciun răspuns. Practica înseamnă să fii în această stare. Așa este?*

R: Aceasta este o greșeală pe care oamenii o fac deseori. Ceea ce se întâmplă când cauți cu seriozitate Sinele este că ideea de „eu" dispare, iar altceva ivit din adâncuri pune stăpânire pe tine, ceva ce nu este „eul" care a început căutarea.

Î: *Ce este acest altceva?*

Acesta este adevăratul Sine, semnificația implicită a „eului". El nu este eul, ci însăși ființa supremă.

Î: *Dar ați spus deseori că trebuie să respingem alte gânduri când ne începem căutarea și gândurile sunt fără de sfârșit. Dacă un gând este respins, vine altul și pare că nu mai sfârșim niciodată.*

R: Nu spun că trebuie să persiști în respingerea gândurilor. Agață-te de tine însuți, adică de ideea de „eu". Când ești interesat de o singură idee, celelalte gânduri vor fi respinse automat și vor dispărea.

Î: *Prin urmare, respingerea gândurilor nu este necesară?*

R: Nu. Ea poate fi necesară pentru o vreme sau pentru unii oameni. Îți imaginezi că nu vei sfârși niciodată dacă vei continua să respingi fiecare gând în clipa când se ivește. Nu este adevărat, există un capăt. Dacă ești atent și te străduiești să respingi fiecare gând în clipa când apare, vei descoperi curând că pătrunzi tot mai adânc în sinele tău interior. La acel nivel, nu este necesar să faci vreun efort pentru a respinge gândurile.

Î: *Deci este cu putință să fii fără niciun efort, fără vreo strădanie deosebită.*

R: Nu doar atât. Este imposibil să faci vreun efort dincolo de o anumită limită.

Î: *Vreau să fiu și mai treaz. Ar trebui să încerc să nu fac niciun efort?*

R: Aici îți este cu neputință să fii fără efort. Când mergi mai în profunzime, îți este cu neputință să faci vreun efort[1].

Dacă mintea se întoarce spre interior cu ajutorul investigării de sine, ajungând la sursa de unde provine *aham-vritti*, tendințele mintale [*vasana*] dispar. Lumina Sinelui cade asupra tendințelor mintale, producând fenomenul de reflexie numit „minte". Așadar, când tendințele mintale dispar, dispare și mintea, fiind absorbită în lumina realității unice, Inima.

Iată rezumatul și esența a tot ceea ce are nevoie să știe un începător. Ceea ce i se cere imperios este o cercetare serioasă și neabătută a sursei de unde provine *aham vritti*[2].

Î: *Cum ar trebui un începător să pornească în practica lui?*

R: Mintea se va retrage doar prin intermediul întrebării „Cine sunt eu?" Gândul „cine sunt eu?", distrugând toate celelalte gânduri, va fi nimicit el însuși precum bățul folosit pentru a ațâța focul unui rug funerar. Dacă se ivesc alte gânduri, trebuie ca, fără a încerca să le urmăm până la capăt, să ne întrebăm: „Cui au apărut ele?" Ce contează câte gânduri apar? Chiar în momentul în care apare fiece gând, dacă ne întrebăm imediat „Cui îi apare acest gând?", se va răspunde: „Mie". Dacă ne vom întreba apoi: „Cine sunt eu?", mintea se va întoarce la sursa ei [Sinele], iar gândul care s-a ivit va dispărea și el. Prac-

---

[1] K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, pp. iii-iv.
[2] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 87.

ticând în mod repetat acest tip de investigație, puterea minții de a zăbovi în sursa ei crește.

Deși tendințele îndreptate spre obiectele simțurilor [*vishaya vasana*], care se repetă din negura timpului, sunt nenumărate precum valurile oceanului, ele vor pieri toate, pe măsură ce meditația asupra propriei naturi devine din ce în ce mai intensă. Fără a lăsa loc nici măcar îndoielii „Este oare posibil să nimicesc toate aceste tendințe [*vasana*] și să dăinui doar ca Sine?", trebuie să persistăm în exercițiul atenției centrate pe sine.

Atâta vreme cât în minte există tendințe îndreptate spre obiectele simțurilor, întrebarea „Cine sunt eu?" este necesară. Dacă și când se ivesc gândurile, trebuie să le nimicim pe toate cu ajutorul investigării, chiar atunci și acolo, în locul lor de origine. A nu-ți îndrepta atenția către ce-este-altul [*anya*] este non-atașament [*vairagya*] sau lipsa dorinței [*nirasa*]. A nu părăsi Sinele este cunoaștere [*jnana*]. De fapt, acestea două [lipsa dorinței și cunoașterea] sunt unul și același lucru. Ca un culegător de perle care își leagă o piatră la brâu, plonjează în mare și ia perla aflată pe fundul mării, tot astfel și noi, plonjând în profunzimile noastre, lipsiți de atașament, putem dobândi perla Sinelui. Este suficient să ne amintim fără încetare adevărata noastră natură [*swarupa-smarana*] până când vom dobândi Sinele.

Eliberarea nu este decât întrebarea „Cine sunt eu care se află în servitute?" și cunoașterea propriei noastre naturi [*swarupa*]. Fixarea minții exclusiv în Sine se numește „investigarea de sine", în vreme ce meditația [*dhyana*] este a crede că

ești absolutul [*Brahman*], care este existență-conștiință-beatitudine [*sat-cit-ananda*][1].

Î: *Yoghinii spun că trebuie să renunți la lume și să te izolezi în junglă dacă vrei să găsești adevărul.*

R: Nu este nevoie să renunți la viața activă. Dacă meditezi o oră sau două în fiecare zi, poți să-ți îndeplinești datoriile față de lume. Dacă meditezi în manieră corectă, dispoziția mintală indusă astfel va continua chiar și în toiul activității tale. Este ca și cum ar exista două feluri de a exprima aceeași idee; aceeași atitudine pe care o ai în timpul meditației va fi exprimată în activitățile tale.

Î: *Ce vom realiza făcând asta?*

R: Pe măsură ce vei continua pe cale, vei descoperi că atitudinea ta față de oameni, evenimente și obiecte se schimbă treptat. Acțiunile tale vor avea tendința să pășească de bunăvoie pe urmele meditațiilor tale.

Î: *Deci sunteți de acord cu yoghinii?*

R: Omul trebuie să-și abandoneze egoismul personal care îl ține legat de această lume. Abandonarea falsului sine este adevărata renunțare.

Î: *Cum este cu putință să devii lipsit de sine ducând o viață activă în lume?*

R: Nu există contradicție între activitate și înțelepciune.

Î: *Vreți să spuneți că omul își poate continua toate vechile activități profesionale, de exemplu, dobândind în același timp trezirea?*

R: De ce nu? Dar, în acest caz, omul nu va crede că vechea personalitate este cea care face acțiunea, deoarece conștiința

[1] S. Om, *The Path of Sri Ramana*, pp. 157, 159, 160, 163.

omului se va transfigura treptat până când se va centra în realitatea aflată dincolo de sinele mărunt.

Î: *Dacă o persoană este implicată în activitatea profesională, îi va rămâne puțin timp pentru a medita.*

R: Doar novicii în spiritualitate își rezervă perioade de timp pentru meditație. Cineva care progresează va începe să guste beatitudinea mai profundă fie că se află la muncă sau nu. În timp ce mâinile lui sunt în societate, își păstrează capul limpede, într-o deplină singurătate.

Î: *Deci nu propovăduiți calea yogăi?*

R: Yoghinul încearcă să-și mâne mintea spre țel, așa cum un văcar mână taurul cu un băț, dar pe calea propusă de mine, văcarul convinge taurul luându-l cu binișorul, arătându-i o mână de iarbă.

Î: *Cum se poate face așa ceva?*

R: Trebuie să te întrebi: „Cine sunt eu?" În cele din urmă, această cercetare va duce la descoperirea a ceva înlăuntrul tău, ceva care este în spatele minții. Rezolvă această mare problemă și vei rezolva toate celelalte probleme[1].

Î: *Când cauți „eul" nu dai de nimic.*

R: Pentru că ești obișnuit să te identifici pe tine cu trupul și vederea cu ochii, spui că nu vezi nimic. Ce ar fi de văzut? Cine să vadă? Cum să vadă? Nu este decât o singură conștiință, care, manifestându-se ca idee de „eu", se identifică pe sine cu trupul, se proiectează prin ochi și vede obiectele înconjurătoare. În starea de veghe, individul este limitat și se așteaptă să vadă ceva diferit. Datele furnizate de simțuri poartă girul autorității. Dar el nu va recunoaște că cel ce vede, cele văzute și

[1] P. Brunton, *A Search in Secret India*, pp. 156-7.

vederea nu sunt decât manifestările aceleiaşi conştiinţe – mai exact, „Eu, Eu". Contemplaţia te ajută să depăşeşti iluzia că Sinele trebuie să fie ceva vizual. De fapt, nu există nimic vizual. Cum îţi simţi „eul" acum? Ţii o oglindă în faţa ta pentru a-ţi cunoaşte propria fiinţă? Conştiinţa este „eul". Realizează asta şi ai ajuns la adevăr.

Î: *Căutând originea gândurilor apare o percepţie a „eului". Dar ea nu mă mulţumeşte.*

R: Ai dreptate. Percepţia „eului" este asociată cu o formă, poate cu trupul. Nimic nu trebuie asociat cu Sinele. Sinele este de neasociat, realitate pură, în lumina căruia strălucesc corpul şi eul. Calmând toate gândurile, nu rămâne decât conştiinţa pură.

Acest „Eu, Eu" pur ne apare imediat după ce ne-am trezit din somn şi înainte de a percepe lumea. Agaţă-te de el fără să adormi şi fără a îngădui gândurilor să pună stăpânire pe tine. Dacă menţii această stare, nu contează dacă lumea este văzută. Văzătorul rămâne neafectat de fenomene[1].

Ce este eul? Întreabă-te. Corpul este inert şi nu poate să spună „eu". Sinele este conştiinţă pură şi non-dual. El nu poate să spună „eu". Nimeni nu spune „eu" în somn. Deci ce este eul? Este ceva intermediar între corpul inert şi Sine. El nu are vreun *locus standi*. Dacă este căutat, dispare ca o nălucă. Noaptea cineva îşi poate imagina că lângă el se află o fantomă din cauza jocului făcut de umbre. Dacă priveşte mai atent, descoperă că, de fapt, nu există nicio fantomă, iar ceea ce şi-a imaginat a fi o fantomă nu era decât un copac sau un stâlp. Dacă nu priveşte mai atent, fantoma îl poate înfricoşa. Nu trebuie decât să

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 161-2.

privească mai atent și fantoma dispare. Fantoma nu a existat niciodată. Tot așa este și cu eul. El este o legătură intangibilă între corp și conștiința pură. El nu este real. Atâta vreme cât cineva nu-l examinează mai îndeaproape, el continuă să ne facă probleme. Dar când îl căutăm, se constată că nu există.

Iată o poveste pentru a ilustra cele discutate. Cu ocazia unei căsătorii hinduse, petrecerile continuă timp de cinci sau șase zile. Într-o asemenea împrejurare, un străin a fost confundat cu cavalerul de onoare al miresei, fiind, deci, tratat cu deosebită considerație. Văzând că străinul este atât de respectat de familia și de prietenii miresei, familia și prietenii mirelui au crezut că este cineva important, arătându-i și ei un respect deosebit. Una peste alta, străinul s-a distrat de minune. Dar el era conștient în tot acest timp care era de fapt situația. La un moment dat, familia mirelui a vrut să-i ceară sfatul într-o anumită privință și a cerut informații despre el de la familia miresei. Străinul a mirosit imediat că va da de bucluc și s-a făcut nevăzut. Așa este și cu eul. Dacă este căutat, dispare. Dacă nu, continuă să ne facă probleme[1].

Î: *Dacă încerc să mă întreb „cine sunt eu?”, adorm. Ce trebuie să fac?*

R: Persistă în acest tip de investigare cât timp ești în stare de veghe. E suficient. Dacă vei continua să te întrebi astfel până când vei adormi, investigarea va continua și în timpul somnului. Reia investigarea imediat după ce te trezești din somn[2].

[1] *Ibid.*, pp. 571-2.
[2] D. Mudaliar. *Day by Day with Bhagavan*, p. 73.

Î: *Cum pot să dobândesc pacea? Se pare că nu o pot dobândi prin* vichara.

R: Pacea este starea ta naturală. Mintea este cea care stă în calea stării naturale. Dacă nu ai pace, înseamnă că *vichara* a fost făcută numai în minte. Cercetează ce este mintea, și ea va dispărea. Nu există vreun lucru numit minte, nu există decât gând. Cu toate acestea, din cauza apariției gândului, presupui că există ceva din care apare gândul și numești acel ceva „minte". Căutând să vezi ce anume este mintea, descoperi că, de fapt, nu există așa ceva. Când mintea a dispărut astfel, realizezi pacea pentru totdeauna[1].

Î: *Când mă cercetez, căutând să descopăr sursa de unde apare „eul", ajung la un nivel de liniște a minții dincolo de care nu mai pot înainta. Nu am niciun fel de gând și este ca un fel de gol. O lumină blândă infuzează totul și am senzația că sunt lipsit de corp. Nu am nici percepția directă, nici vreo idee legată de corp sau formă. Experiența durează aproape jumătate de oră și este agreabilă. Aș greși ajungând la concluzia că pentru dobândirea fericirii veșnice, adică a libertății, mântuirii sau oricum i-am spune, nu este necesar decât să se continue practica până când această stare poate fi menținută ore în șir, zile și luni la rând?*

R: Nu asta înseamnă mântuire. O asemenea stare se numește *manolaya* sau pacificare temporară a gândului. *Manolaya* înseamnă concentrare, oprire temporară a mișcării gândurilor. Imediat ce această concentrare încetează, gândurile, vechi și noi, dau năvală ca de obicei; și chiar dacă această acalmie temporară a minții ar dura o mie de ani, ea nu va duce la

[1] T. N. Venkataraman, *op. cit.*, p. 43.

nimicirea totală a gândului, cea despre care se spune că este eliberarea din ciclul naşterii şi al morţii. Prin urmare, cel care practică investigaţia trebuie să fie mereu vigilent şi să se întrebe cine are această experienţă, pentru cine este ea agreabilă. Fără această interogare el se va cufunda într-o stare de transă prelungită ori într-un somn adânc [*yoga nidra*]. În lipsa unei călăuziri adecvate în această etapă a practicii spirituale, mulţi au fost amăgiţi şi au căzut pradă unui fals sentiment de eliberare, doar câţiva reuşind să ajungă cu bine la destinaţie.

Următoarea poveste ilustrează perfect toate acestea. Un yoghin făcea de mulţi ani tehnici de mortificare [*tapas*] pe malurile Gangelui. Când el a atins un grad înalt de concentrare a crezut că eliberarea consta în persistenţa în această stare şi o practica. Într-o bună zi, înainte de a pătrunde într-o stare de concentrare profundă, a simţit că îi era sete şi i-a cerut discipolului să-i aducă puţină apă din Gange. Dar înainte ca discipolul să vină cu apa, yoghinul a intrat în *yoga nidra*, rămânând în această stare ani nenumăraţi. Trezindu-se, el a început imediat să strige: „Apă! Apă!", dar nici discipolul lui, nici Gangele nu erau nicăieri.

Primul lucru pe care l-a cerut a fost apa deoarece, înainte de a pătrunde în starea de concentrare profundă, gândul cel mai important din mintea lui era apa, iar prin concentrare, oricât de profundă şi prelungită va fi fost ea, yoghinul nu a făcut decât să-şi calmeze temporar gândurile. Când a redevenit conştient, acest gând de primă importanţă a năvălit cu toată viteza şi forţa unei viituri ce sparge digurile. Dacă aşa se întâmplă cu un gând care s-a format imediat înainte ca yoghinul să intre în meditaţie, este neîndoielnic că gândurile care s-au înrădăcinat anterior vor rămâne, de asemenea, neanihilate.

Dacă anihilarea gândurilor este eliberarea, putem noi spune că acest yoghin a dobândit eliberarea?

Căutătorii [*sadhaka*] nu înţeleg decât arareori diferenţa dintre această liniştire temporară a minţii [*manolaya*] şi nimicirea gândurilor pentru totdeauna [*manonasa*]. În *manolaya* se petrece un reflux temporar al undelor mintale şi, chiar dacă această pauză temporară poate dura mii de ani, gândurile calmate astfel pentru o vreme se ivesc imediat ce *manolaya* încetează. Trebuie, aşadar, să ne observăm cu atenţie progresul spiritual. Nu trebuie să ne lăsăm păcăliţi de asemenea răstimpuri de acalmie a minţii. Când ai o asemenea experienţă, trebuie să-ţi recapeţi starea conştientă şi să te întrebi cine dinăuntrul tău trăieşte această acalmie. În timp ce nu permiţi gândurilor să te tulbure, trebuie, simultan, să nu te laşi copleşit de acest somn profund [*yoga nidra*], de această autohipnoză. Deşi este un semn de progres în calea spre ţintă, ea este, de asemenea, punctul de răscruce dintre calea spre eliberare şi *yoga nidra*. Calea uşoară şi directă, scurtătura cea mai rapidă care duce spre mântuire, este metoda investigării. Printr-o asemenea investigare vei canaliza forţa gândului spre niveluri tot mai profunde, până când ea va ajunge la propria sursă şi se va contopi în ea. Atunci vei avea răspunsul din interior şi vei vedea că vei dăinui acolo, nimicind toate gândurile o dată pentru totdeauna[1].

Î: *Această idee de „eu" se iveşte din mine. Dar eu nu cunosc Sinele.*

R: Toate acestea nu sunt decât concepte mintale. Acum te identifici cu un „eu" eronat, care este ideea de „eu". Această

[1] R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, pp. 25-7.

idee de „eu" apare și dispare, în timp ce adevărata semnificație a „eului" este dincolo de apariție și dispariție. Nu poate exista o ruptură în ființa ta. Tu, cel care ai dormit, ești acum treaz. În timpul somnului profund nu erai nefericit, dar acum ești. Ce s-a întâmplat acum de simți această diferență? Nu exista nicio idee de „eu" în timp ce dormeai, dar acum este. Adevăratul „eu" nu este la vedere, iar „eul" fals defilează mândru. Acest „eu" fals este obstacolul din cauza căruia nu ai acces la cunoașterea veritabilă. Descoperă de unde se ivește acest „eu" fals. Atunci el va dispărea. Atunci vei fi doar ceea ce ești, adică ființa absolută.

Î: *Cum să fac asta? Până acum nu am reușit.*

R: Caută sursa ideii de „eu". Asta e tot ce trebuie făcut. Universul există din cauza ideii de „eu". Dacă ea dispare, dispare și suferința. Falsul „eu" va dispărea doar atunci când i se va căuta sursa[1].

Oamenii întreabă adesea cum se poate controla mintea. Eu le spun: „Arătați-mi mintea și atunci veți ști ce aveți de făcut". De fapt, mintea este doar un ghem de gânduri. Cum îl poți nimici gândindu-te să faci asta sau printr-o dorință? Gândurile și dorințele tale sunt totuna cu mintea. Gândurile noi nu fac decât să dea apă la moară minții. Prin urmare, încercarea de a ucide mintea cu ajutorul minții este prostească. Singurul mod de a o face este să-i descoperi sursa și să te menții acolo. Atunci mintea se va stinge de bunăvoie. Yoga ne învață despre *citta vritti nirodha* [controlul activităților minții]. Dar eu spun *atma vichara* [investigare de sine]. Ea este calea care funcționează. *Citta vritti nirodha* este indusă prin somn,

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 184-5.

leşin sau înfometare. Imediat ce dispare cauza, gândurile dau năvală. La ce foloseşte ea, deci?

Într-o stare de apatie suntem calmi şi nu suferim. Dar suferinţa revine când ieşim din apatie. Aşadar, controlul [*nirodha*] este inutil şi nu constituie un avantaj durabil.

Dar cum putem face astfel încât avantajul să dureze? Descoperind cauza suferinţei. Suferinţa este cauzată de percepţia obiectelor. Dacă ele nu există, gândurile nu vor mai fi cu putinţă, iar suferinţa va fi eliminată. Următoarea întrebare este: „Cum vor înceta obiectele să fie?" Scripturile [*sruti*] şi înţelepţii spun că obiectele sunt simple creaţii mintale. Ele nu au fiinţă concretă. Cercetează problema şi convinge-te de adevărul acestei afirmaţii. Vei conchide că lumea obiectivă există doar în conştiinţa subiectivă. Aşadar, Sinele este singura realitate care infuzează şi învăluie lumea. Cum nu există dualitate, nu se vor ivi gânduri care să-ţi tulbure pacea. Iată realizarea Sinelui. Sinele este veşnic, ca şi realizarea.

Practica spirituală [*abhyasa*] constă în a te retrage în Sine de fiecare dată când eşti tulburat de gânduri. Ea nu presupune concentrarea sau nimicirea minţii, ci retragerea în Sine[1].

Î: *De ce este concentrarea ineficientă?*

R: A-i cere minţii să ucidă mintea este ca şi cum l-ai face pe hoţ poliţist. El va veni cu tine, prefăcându-se că-l prinde pe hoţ, dar nu se va obţine nimic. Deci trebuie să te întorci spre interior şi să vezi de unde se iveşte mintea, moment în care ea va înceta să existe.

Î: *Când ne întoarcem mintea spre interior, nu folosim tot mintea?*

---

[1] *Ibid.*, pp. 463-4.

R: Fireşte că folosim mintea. Se ştie foarte bine că mintea nu poate fi ucisă decât cu ajutorul minţii. Dar în loc să începi spunând că am o minte şi vreau s-o ucid, începi prin a căuta sursa minţii şi descoperi că mintea nici nu există. Întoarsă spre exterior, mintea duce la apariţia gândurilor şi a obiectelor. Întoarsă spre interior, devine ea însăşi Sinele[1].

Î: *Chiar şi aşa, tot nu înţeleg. Spuneţi că „eul" nu este „eul" care trebuie. Cum să eliminăm acest „eu" greşit?*

R: Nu este nevoie să elimini „eul" greşit. Cum s-ar putea elimina „eul" pe sine? Tot ceea ce trebuie să faci este să-i găseşti originea şi să rămâi acolo. Eforturile tale nu pot merge mai departe. Apoi realitatea aflată dincolo de acest hotar va şti ce să facă. Acolo tu eşti întru totul neajutorat. Nu se poate ajunge aici prin efort.

Î: *Dacă „eu" sunt mereu, aici şi acum, de ce nu simt acest lucru?*

R: Tocmai asta e. Cine spune că nu se simte? O spune „eul" real sau cel fals? Cercetează problema. Vei descoperi că este „eul" fals. „Eul" fals este piedica. El trebuie îndepărtat pentru ca adevăratul Eu să poată ieşi la iveală. Senzaţia că nu am realizat adevăratul „eu" este ceea ce împiedică realizarea. De fapt, realizarea este deja prezentă şi nu mai este nimic de realizat. Altminteri, realizarea ar fi ceva nou. Dacă ea nu a existat până acum, ea trebuie să aibă loc în viitor. Ceea ce se naşte va muri. Dacă realizarea nu este ceva etern, nu merită să o avem. Prin urmare, ceea ce căutăm nu este ceva care trebuie să se întâmple din nou. Realizarea este ceva etern, însă ea nu este cunoscută din cauza blocajelor. Ea este ceea ce căutăm.

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 31.

Nu trebuie decât să îndepărtăm blocajul. Ceea ce este etern nu este cunoscut ca atare din cauza ignoranței. Ignoranța este piedica. Depășește ignoranța și totul va fi bine.

Ignoranța este identică cu ideea de „eu". Descoperă-i sursa și ea va dispărea.

Ideea de „eu" este ca un duh care, deși nu poate fi pipăit, se ivește simultan cu trupul, prosperă și dispare împreună cu el. Identificarea cu propriul corp este „eul" fals. Renunță la această identificare cu corpul. Poți face asta căutând sursa „eului". Corpul nu spune „eu sunt". Tu ești cel care spune: „Eu sunt corpul". Află cine este acest „eu". Căutându-i sursa, el va dispărea[1].

Î: *Cât timp poate să stea sau să fie ținută în Inimă?*

R: Perioada se prelungește prin practică.

Î: *Ce se întâmplă la sfârșitul acestei perioade?*

R: Mintea se întoarce la starea normală din prezent. Unitatea din inimă este înlocuită de percepția a nenumărate fenomene. Asta este mintea extrovertită. Mintea care se îndreaptă spre Inimă se numește mintea aflată în repaus[2].

Când se insistă tot mai mult, practicându-se în această manieră, mintea va fi extrem de pură datorită îndepărtării erorilor sale, iar practica va deveni atât de ușoară, încât mintea purificată se va cufunda în Inimă imediat ce începe interogarea[3].

Î: *Este posibil ca o persoană care a experimentat o dată* sat-cit-ananda *în meditație să se identifice cu trupul când iese din meditație?*

[1] M. Venkataraman, *op. cit.*, p. 163.
[2] *Ibid.*, p. 27.
[3] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 399.

R: Da, este posibil, dar omul se va dezidentifica treptat pe parcursul practicii. În lumina orbitoare a Sinelui întunericul iluziei se va risipi pentru totdeauna[1].

Experiența dobândită fără o dezrădăcinare prealabilă a tuturor tendințelor mintale [*vasana*] nu poate să-și mențină constanța. Trebuie făcute eforturi pentru a dezrădăcina tendințele mintale [*vasana*]; cunoașterea poate să rămână fermă doar după ce toate tendințele mintale [*vasana*] sunt dezrădăcinate[2].

Trebuie să ne luptăm cu niște tendințe mintale vechi de când lumea. Ele toate vor dispărea. Doar că ele vor dispărea mai devreme în cazul celor care s-au dedicat unei *sadhana* și mai târziu în cazul altora.

Î: *Aceste tendințe dispar treptat sau vor dispărea toate brusc într-o bună zi? Întreb asta deoarece, chiar dacă am rămas aici vreme îndelungată, nu constat vreo schimbare în mine.*

R: Când soarele răsare, întunericul dispare treptat sau dintr-odată?[3]

Î: *Cum îmi pot da seama că progresez în investigarea mea?*

R: Gradul de absență a gândurilor este măsura progresului spre realizarea de Sine. Dar, în sine, realizarea Sinelui nu cunoaște progres, ea este întotdeauna aceeași. Sinele rămâne mereu în starea de realizare. Obstacolele sunt gândurile. Progresul se măsoară prin gradul în care s-au îndepărtat obstacolele pentru a înțelege că Sinele este mereu realizat. Prin urmare, gândurile trebuie înfrânate căutând să aflăm cui apar ele. Deci trebuie să mergi la sursa lor, acolo unde ele nu apar.

[1] S. Cohen. *Guru Ramana*, p. 91.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 145.
[3] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 7.

Î: *Se ivesc mereu dubii. De aceea întreb.*

R: Apare o îndoială și e limpezită. Apare alta și este la rându-i limpezită, făcând loc pentru încă una; și așa mai departe. Nu este cu putință să limpezim toate îndoielile. Vezi cui îi apar aceste îndoieli. Mergi la sursa lor și rămâi acolo. Apoi ele vor înceta să apară. Așa trebuie limpezite îndoielile[1].

Î: *Trebuie să persist întrebând „Cine sunt eu?" când nu mi se răspunde? Cine întreabă pe cine? Ce atitudine mintală* [bhavana] *trebuie să avem în timpul investigației? Ce este „eul", Sinele sau individul?*

R: În întrebarea „Cine sunt eu?" „eul" este individul. Întrebarea înseamnă de fapt care este sursa sau originea acestui individ? Nu este nevoie de nicio atitudine mintală [*bhavana*]. Tot ce trebuie este să renunți la *bhavana* că tu ești corpul, un corp având cutare și cutare însușiri, cutare nume etc. Nu este nevoie să ai o anumită atitudine mintală [*bhavana*] față de natura ta reală. Ea există și există dintotdeauna. Ea este reală, nefiind *bhavana*[2].

Î: *Dar nu este ciudat că „eul" trebuie să caute „eul"? La urma urmei, întrebarea „Cine sunt eu?" nu se dovedește a fi o formulă goală? Sau eu trebuie să-mi pun această întrebare neîncetat, repetând-o ca pe un fel de* mantra?

R: Investigarea de sine nu este în niciun caz o formulă goală, fiind mai mult decât repetarea oricărei mantre. Dacă întrebarea „Cine sunt eu?" ar fi o simplă investigare mintală, ea nu ar fi de prea mare ajutor. Scopul însuși al investigării de sine este de a concentra întreaga minte în sursa ei. Nu avem de-a face, așadar, cu un „eu" care caută un alt „eu". Investi-

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 582-3.
[2] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 76.

garea de sine nu este nici pe departe o formulă goală, căci ea presupune o activitate intensă a minţii în întregul ei pentru a se menţine constant în percepţia nealterată a Sinelui[1].

Î: *Este suficient dacă dedic acestei* atma vichara *câtva timp dimineața și seara? Sau trebuie să o fac mereu, chiar când scriu sau merg?*

R: Care este natura ta reală: scrisul, mersul sau ființa? Unica realitate inalienabilă este ființa. Până când vei realiza acea stare de ființare pură, trebuie să continui investigaţia. Dacă ajungi să te fixezi în această stare, nu vei mai avea de ce să-ți faci griji.

Nimeni nu se va întreba despre sursa gândurilor decât dacă gândurile apar. Atâta vreme cât gândești „eu merg" sau „eu scriu", întreabă-te cine o face[2].

Î: *Dacă voi continua să resping gândurile, pot numi asta vichara?*

R: Respingerea gândurilor poate fi o treaptă. Dar *vichara* începe cu adevărat când aderi la Sinele tău și ești deja eliberat de mişcarea mintală, de valurile gândurilor.

Î: *Aşadar,* vichara *nu este de natură intelectuală?*

R: Nu, ea este *antara vichara*, căutare interioară[3].

Începătorului i se recomandă înfrânarea și explorarea minţii. Dar, la urma urmei, ce este mintea? Ea este o proiecție a Sinelui. Vezi pentru cine și de unde se ivește ea. Se va descoperi că ideea de „eu" este cauza primordială. Mergi mai

[1] T. N. Venkataraman, *op. cit.*, p. 50.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 550.
[3] S. Sastri, *op. cit.*, p. ix.

departe. Ideea de „eu” dispare, fiind înlocuită de o conştiinţă a „eului” extinsă la infinit[1].

Î: *Am fost la Sri Aurobindo Ashram şi i-am spus Mamei: „Îmi menţin mintea goală fără gânduri care apar pentru ca Dumnezeu să se poată arăta în fiinţa lui adevărată. Dar nu simt nimic”. Răspunsul a fost cam aşa: „Atitudinea este corectă. Puterea se va pogorî de sus. Este vorba despre o experienţă directă”. Ar trebui să mai fac şi altceva?*

R: Fii ceea ce eşti. Nu există nimic care să se pogoare sau să se manifeste. Nu trebuie decât să se abandoneze eul. Ceea ce este este întotdeauna prezent. Tu eşti asta chiar şi acum. Nu eşti separat de ceea ce este. Golul este văzut de către tine. Pentru a vedea golul trebuie să fii prezent. Ce aştepţi? Gândul „Nu am văzut”, aşteptarea de a vedea şi dorinţa de a obţine ceva, toate acestea sunt activităţi ale eului. Ai căzut în mrejele eului. Eul spune toate acestea, nu tu. Fii tu însuţi şi nimic altceva!

Odată născut, ajungi la ceva. Dacă ajungi acolo, te vei şi întoarce. Prin urmare, lasă deoparte toată această vorbărie. Fii aşa cum eşti. Vezi cine eşti şi persistă ca Sine, eliberat de naştere, plecare, venire şi întoarcere[2].

Î: *Cum putem cunoaşte Sinele?*

R: A cunoaşte Sinele înseamnă a fi Sinele. Poţi spune că nu cunoşti Sinele? Deşi nu îţi poţi vedea propriii ochi şi nu ţi se dă o oglindă în care să te uiţi, negi cumva existenţa ochilor tăi? În acelaşi fel, tu eşti conştient de Sine, chiar dacă Sinele nu este obiectivat. Poţi, oare, să-ţi negi Sinele pentru că nu este obiectivat? Când spui „Nu pot să-mi cunosc Sinele”, se sugerează absenţa în termenii cunoaşterii relative, deoarece ai fost

---

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 470.
[2] *Ibid.*, pp. 151-2.

obişnuit într-o asemenea măsură cu această cunoaştere relativă, încât te identifici cu ea. Această identificare eronată ne-a făcut să nu cunoaştem realitatea evidentă a Sinelui, deoarece el nu poate fi obiectivat. După care vii şi întrebi: „Cum putem să cunoaştem Sinele?"

Î: *Vorbiţi despre a fi. A fi ce?*

R: Datoria ta este să fii şi nu să fii asta sau cealaltă. „Eu sunt Cel ce sunt" rezumă întreg adevărul. Metoda este rezumată în cuvintele „Fii liniştit". Ce înseamnă liniştea? Înseamnă să te distrugi pe tine însuţi. Deoarece orice formă pricinuieşte probleme. Abandonează ideea că „eu sunt aşa şi pe dincolo"[1]. Tot ce trebuie pentru a realiza Sinele este să fii liniştit. Ce poate fi mai uşor decât atât? Aşadar, cunoaşterea de Sine [*atma-vidya*] este foarte uşor de dobândit[2].

Doar adevărul propriei fiinţe merită să fie cercetat şi cunoscut. Luându-l ca ţintă a atenţiei proprii, trebuie să-l cunoşti cu toată înţelepciunea în Inimă. Această cunoaştere a propriei fiinţe va fi revelată doar unei conştiinţe care este calmă, limpede şi liberă de activitatea minţii agitate şi suferinde. Să ştii că numai acea conştiinţă care străluceşte întotdeauna în Inimă ca Sine lipsit de formă – la care avem acces când suntem liniştiţi fără a ne gândi la ceva ca existent sau inexistent – este realitatea desăvârşită[3].

[1] *Ibid.*, pp. 332-3.
[2] T. N. Venkataraman, *op. cit.*, p. 35.
[3] Muraganar, *op. cit.*, vv. 433, 1232.

CAPITOLUL 6

Concepții greșite despre investigarea de sine

Afirmațiile de ordin filosofic ale lui Sri Ramana erau foarte asemănătoare cu cele susținute de adepții curentului *advaita vedanta,* o școală filosofică indiană ce a avut perioada de glorie cu peste o mie de ani în urmă. Opiniile lui Sri Ramana concordă cu cele ale adepților *advaita* în majoritatea chestiunilor teoretice, atitudinile lor față de practică fiind radical diferite. În vreme ce Sri Ramana recomanda investigarea de sine, cei mai mulți maeștri *advaita* erau în favoarea unui sistem de meditație care afirma mintal că Sinele este unica realitate. Aceste afirmații, precum „Eu sunt *Brahman*" sau „Eu sunt acela", sunt, de regulă, folosite ca *mantre* sau, mai rar, persoana meditează asupra semnificației lor și încearcă să simtă implicațiile acestei afirmații.

Deoarece investigarea de sine începe adesea cu întrebarea „Cine sunt eu?", mulți adepți tradiționali ai școlii *advaita* au presupus că răspunsul la întrebare este „Eu sunt *Brahman*", ocupându-și mințile cu repetiții ale acestei soluții mintale. Sri Ramana a criticat această abordare, spunând că, atâta vreme cât mintea este ocupată cu găsirea sau repetarea unor soluții ale problemei, ea nu se va scufunda în propria sursă și nu va dispărea. Din același motiv, el îi critica și pe cei care încercau să folosească întrebarea „Cine sunt eu?" ca pe o *mantră*, spu-

nând că ambele abordări nu înțelegeau rostul investigării de sine. El spunea că întrebarea „Cine sunt eu?" nu este o invitație de a analiza mintea și de a ajunge la diverse concluzii despre natura ei. Întrebarea nu este nici o formulă *mantrică*, ea fiind un simplu instrument care înlesnește redirecționarea atenției de la obiectele gândirii și percepției la cel care le gândește și percepe. După părerea lui Sri Ramana, răspunsul la întrebarea „Cine sunt eu?" nu este de găsit în sau de către minte, deoarece singurul răspuns adevărat este absența minții ca experiență directă.

O altă concepție greșită s-a ivit din credința hindusă potrivit căreia Sinele putea fi descoperit prin respingerea mintală a tuturor obiectelor gândirii și percepției ca fiind non-Sine. În mod tradițional, această abordare se numește *neti-neti* (nu asta, nu asta). Cel ce practică acest sistem respinge verbal toate obiectele cu care se identifică „eul" – „Eu nu sunt mintea", „Eu nu sunt corpul" etc. – așteptându-se ca, în cele din urmă, „eul" real să fie perceput în forma lui necontaminată. În hinduism această practică se numește investigare de sine și, din cauza denumirii identice, a fost adesea confundată cu metoda lui Sri Ramana. Atitudinea lui Sri Ramana față de acest sistem tradițional de autoanaliză era întru totul negativă. El încerca să-și convingă discipolii să nu o practice, spunându-le că este o activitate intelectuală care nu putea să-i conducă dincolo de minte. De obicei, Ramana răspundea întrebărilor legate de eficacitatea acestei practici spunând că ideea de „eu" care elimină corpul și mintea ca „non-eu" nu se poate elimina niciodată pe sine.

Cei care practică repetarea formulei „Eu sunt *Brahman*" și calea lui *neti-neti* împărtășesc convingerea că Sinele poate

fi descoperit de către minte fie prin afirmaţie, fie prin negaţie. Convingerea că mintea poate, prin propriile activităţi, să ajungă la Sine este originea celor mai multe concepţii greşite despre investigarea de sine. Un exemplu bine-cunoscut este convingerea că investigarea de sine presupune concentrarea asupra unui anumit centru din corp, numit centrul Inimii. Această concepţie larg răspândită provine dintr-o interpretare greşită a unor afirmaţii făcute de Sri Ramana în legătură cu Inima, iar pentru a înţelege cum a apărut această convingere va fi nevoie să examinăm mai atent unele dintre ideile sale despre acest subiect.

Vorbind despre originea ideii de „eu", el spunea uneori că această idee se iveşte în creier venind printr-un canal subtil ce porneşte dintr-un centru aflat în partea dreaptă a pieptului. El numea acest centru „centrul Inimii", spunând că, în clipa în care ideea de „eu" se estompează, scufundându-se în Sine, ea revine în acest centru şi dispare. Mai spunea că, în clipa în care Sinele este experimentat în mod conştient, există percepţia concretă a faptului că acest centru este în egală măsură sursa minţii şi a lumii. Totuși, aceste afirmaţii nu sunt întru totul adevărate, iar Sri Ramana le nuanţa uneori spunând că ele erau doar nişte prezentări schematice, pe care le oferea celor ce continuă să se identifice cu propriile trupuri. Ramana spunea că, de fapt, Inima nu se află în corp şi că, din perspectiva adevărului ultim, este la fel de neadevărat să spui că ideea de „eu" apare şi dispare în acest centru aflat în partea dreaptă a pieptului.

Deoarece Ramana spunea deseori „Descoperă locul de unde se iveşte eul" sau „Descoperă sursa minţii", mulţi oameni au interpretat aceste afirmaţii în sensul că ar trebui să

se concentreze asupra acestui centru în timpul investigării de sine. Sri Ramana a respins de multe ori această interpretare, spunând că sursa minţii sau a „eului" nu poate fi descoperită decât îndreptându-ţi atenţia asupra ideii de „eu", și nu prin concentrarea asupra unei anumite părţi a corpului. El spunea uneori că îndreptarea atenției asupra acestui centru este un bun exercițiu de concentrare, dar el nu o asocia niciodată cu investigarea de sine. De asemenea, spunea uneori că meditația asupra Inimii este o modalitate eficace de a ajunge la Sine, dar el nu a spus niciodată că ar trebui să facem asta concentrându-ne asupra centrului Inimii. El spunea, în schimb, că trebuie să medităm asupra Inimii „așa cum este ea"[1]. Inima „aşa cum este ea" nu este un anumit loc, ea este Sinele imanent, iar omul nu poate să fie conştient de natura sa adevărată decât fiind acest Sine. Nu se poate ajunge la el prin concentrare.

Deși există câteva comentarii destul de ambigue în legătură cu Inima şi centrul Inimii, în toate scrierile şi conversaţiile consemnate pentru posteritate nu există nicio afirmaţie în sensul că investigarea de sine trebuie practicată printr-o concentrare asupra acestui centru. De fapt, analizând mai atent afirmaţiile sale asupra subiectului, nu se poate conchide decât că, deşi experienţa Sinelui cuprinde o conştientizare a acestui centru, concentrarea asupra acestui centru nu va conduce la experienţa Sinelui.

Î: *Încep să mă întreb „Cine sunt eu?", elimin corpul ca nefiind „eu", respiraţia ca nefiind „eu" şi nu pot merge mai departe.*

[1] S. Om (tr.), *„Ulladu Narpadu – Kalivenba"*, *The Mountain Path*, 1981, vol. 18, p. 217.

R: Păi, doar până aici poate să meargă intelectul. Este doar un proces intelectual. Toate scripturile menționează acest proces doar pentru a-l ajuta pe căutător să cunoască adevărul. Adevărul nu poate fi indicat direct. De unde și acest proces intelectual.

Vezi tu, cel care elimină tot „non-eul" nu poate elimina „eul". Pentru a spune „eu nu sunt asta" sau „eu nu sunt aia" trebuie să existe „eul". Acest „eu" nu este decât individul sau ideea de „eu". După ivirea acestei idei de „eu" apar toate celelalte gânduri. Ideea de „eu" este, deci, gândul-rădăcină. Dacă rădăcina este smulsă, toate celelalte gânduri sunt dezrădăcinate. Prin urmare, caută rădăcina „eu", întreabă-te „Cine sunt eu?" Descoperă-i sursa, și atunci toate celelalte idei vor dispărea, rămânând doar Sinele absolut.

Î: *Cum se face asta?*

R: „Eul" este întotdeauna prezent – în somnul profund, în starea de vis și în cea de veghe. Cel aflat în stare de somn este același cu cel care vorbește acum. Percepția „eului" există întotdeauna. Ce faci altfel, îți negi existența? Nu o faci, ci spui „eu sunt". Află cine este[1].

Î: *Meditez în maniera* neti-neti *[nu asta, nu asta].*

R: Ceea ce faci nu e meditație. Găsește sursa. Trebuie să ajungi la sursă fără greș. „Eul" fals va dispărea și „eul" adevărat va fi realizat. Cel dintâi nu poate exista separat de ultimul[2].

În prezent, există o identificare greșită a Sinelui cu trupul, simțurile etc. Începi să îndepărtezi toate acestea, iar asta este

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 162.
[2] *Ibid.*, pp. 47-8.

neti. Ea poate fi făcută doar prin alipirea la cel ce nu poate fi îndepărtat. Acesta este *iti* [cel ce este][1].

Î: *Când gândesc întrebarea „Cine sunt eu?", răspunsul vine: „Nu sunt acest corp muritor, sunt* chaitanya atma *[conștiința, Sinele]". Și imediat apare altă întrebare: „De ce a ajuns* atma *în mrejele iluziei [*maya*]?" sau, cu alte cuvinte, „De ce a creat Dumnezeu această lume?"*

R: A te întreba „Cine sunt eu?" înseamnă, de fapt, a încerca să descoperi sursa eului sau a ideii de „eu". Nu trebuie să te preocupe alte gânduri, precum „eu sunt acest corp". Căutarea sursei din care provine „eul" servește ca un mijloc de a te debarasa de toate celelalte gânduri. Nu trebuie să alimentăm alte gânduri, precum cele menționate de tine, ci trebuie să ne concentrăm exclusiv atenția pentru a descoperi sursa ideii de „eu", întrebând, pe măsură ce apare fiece gând, cui îi apare el. Dacă răspunsul este „Eu am acest gând", continuă investigația întrebând: „Cine este acest «eu» și care este sursa lui?"[2]

Î: *Trebuie să tot repet „Cine sunt eu?", făcându-mi o* mantra *din această întrebare?*

R: Nu. „Cine sunt eu?" nu este o *mantra*. Întrebarea înseamnă că trebuie să afli unde se ivește în tine ideea de „eu", care este sursa tuturor celorlalte gânduri[3].

Î: *Să meditez asupra afirmației „Eu sunt* Brahman*" [*aham Brahmasmi*]?*

R: Sensul afirmației nu este de a ne face să gândim „Eu sunt *Brahman*". *Aham* [„Eu"] este cunoscut fiecăruia. *Brahman* sălășluiește ca *aham* în fiecare. Descoperă „eul". „Eul" este

[1] *Ibid.*, p. 235.
[2] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 68.
[3] *Ibid.*, pp. 192-3.

deja *Brahman*. Nu trebuie să gândeşti astfel. Descoperă pur şi simplu „eul".

Î: *Nu vorbesc scripturile [*sastra*] despre lepădarea învelişurilor [*neti-neti*]?*

R: După apariţia ideii de „eu" se instalează falsa identificare a „eului" cu trupul, simţurile, mintea etc. „Eul" este asociat în mod eronat cu ele, iar „eul" adevărat este pierdut din vedere. Pentru a discerne „eul" în stare pură de „eul" contaminat, se vorbeşte despre această debarasare. Dar ea nu înseamnă, de fapt, lepădarea de non-Sine, ea înseamnă descoperirea Sinelui adevărat. Sinele adevărat este „eul" infinit. Acest „eu" este desăvârşire. El este veşnic, nu are origine şi nici sfârşit. Celălalt „eu" se naşte şi moare. El este trecător. Vezi cui aparţin gândurile mereu schimbătoare. Vei descoperi că ele apar după ivirea ideii de „eu". Persistă în ideea de „eu", şi ele se vor estompa. Depistează sursa ideii de „eu". Nu va rămâne decât Sinele.

Î: *Ceea ce spui este dificil de urmărit. Înţeleg teoria. Dar cum este în practică?*

R: Celelalte metode sunt destinate oamenilor care nu pot practica explorarea Sinelui. Chiar şi pentru a repeta *aham Brahmasmi* sau pentru a te gândi la asta este necesar un făptuitor. Cine este el? Este „eu". Fii acel „eu". Iată metoda directă. În final, şi celelalte metode îi vor duce pe toţi practicienii către această metodă de explorare a Sinelui.

Î: *Sunt conştient de acest „eu". Totuşi, suferinţele mele nu au luat sfârşit.*

R: Această idee de „eu" nu este pură. Ea este contaminată prin asocierea cu trupul şi simţurile. Vezi de către cine este resimţită suferinţa. De către ideea de „eu". Persistă în ea. Atunci toate celelalte gânduri dispar.

Î: *Da. Cum să faci asta? Aici e problema.*

R: Gândește „Eu, Eu" și persistă în acest gând unic, excluzându-le pe toate celelalte[1].

Î: *Nu este afirmarea lui Dumnezeu mai eficientă decât întrebarea „Cine sunt eu?" Afirmarea este pozitivă, în timp ce interogarea este o negație. În plus, ea indică o separare.*

R: Atâta vreme cât vei căuta să știi cum se realizează adevărul, ești sfătuit să-ți găsești Sinele. Faptul că ești în căutarea unei metode vădește că ești separat de realitate.

Î: *Nu este mai bine să spui „Eu sunt ființa supremă" decât să întrebi „Cine sunt eu?"*

R: Cine afirmă? Trebuie să existe cineva care s-o facă. Descoperă-l pe acel cineva.

Î: *Nu este meditația mai potrivită decât investigația?*

R: Meditația presupune imagini mintale, în timp ce investigația se face pentru a descoperi realitatea. Prima este obiectivă, pe când cealaltă este subiectivă.

Î: *Trebuie să existe o modalitate științifică de a aborda acest subiect.*

R: Să abandonezi irealitatea și să cauți realitatea este un demers științific.

Î: *Vreau să spun că trebuie să existe o eliminare treptată, mai întâi a minții, apoi a intelectului, apoi a eului.*

R: Doar Sinele este real. Toate celelalte sunt ireale. Mintea și intelectul nu rămân separate de tine.

Biblia spune: „Fii liniștit și cunoaște că Eu sunt Dumnezeu". Liniștea este singurul lucru necesar pentru a realiza Sinele ca Dumnezeu[2].

---

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 202.
[2] *Ibid.*, pp. 306-7.

Î: *Este* soham *[afirmaţia „Eu sunt Acela"] similară cu întrebarea „Cine sunt eu?"*

R: Doar *aham* este comun amândurora. Unul este *soham*. Celălalt este *koham* [Cine sunt eu?]. De ce să spunem întruna *soham?* Trebuie să afli „eul" real. În întrebarea „Cine sunt eu?", „eu" se referă la individ. Încercând să-i dăm de urmă şi să-i găsim sursa, constatăm că el nu are o existenţă separată, ci se contopeşte în „eul" real[1].

Iată în ce constă dificultatea. *Vichara* este diferită ca metodă de meditaţia *sivoham* sau *soham* [„Eu sunt Shiva" sau „Eu sunt Acela"]. Prefer să pun accentul pe cunoaşterea Sinelui, căci eşti preocupat mai întâi de tine însuţi înainte de a te apuca să cunoşti lumea şi pe Domnul ei. Meditaţia *soham* sau meditaţia „Eu sunt *Brahman*" sunt întru câtva un gând al minţii. Dar căutarea Sinelui despre care vorbesc este o metodă nemijlocită, realmente superioară celorlalte meditaţii. În momentul în care începi să cauţi sinele şi pătrunzi tot mai adânc, Sinele real aşteaptă acolo să te preia. Apoi, indiferent ce se face, se face prin altceva şi tu nu ai niciun amestec în asta. Pe parcursul acestui proces, toate dubiile şi frământările sunt abandonate automat, aşa cum, în somn, uităm pentru moment de toate grijile noastre.

Î: *Există certitudinea că ceva diferit aşteaptă acolo pentru a mă întâmpina?*

R: Când eşti un suflet [*pakvi*] care a evoluat suficient, te convingi în mod firesc.

Î: *Cum este posibil un asemenea parcurs?*

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 72.

R: Se poate răspunde în mai multe feluri. Dar oricare ar fi parcursul anterior, *vichara* accelerează procesul.

Î: *Ne învârtim în cerc. Sunt evoluat și, deci, sunt apt pentru investigație, dar investigația însăși mă face să evoluez.*

R: Mintea se confruntă mereu cu asemenea dificultăți. Ea dorește o anumită teorie care s-o mulțumească. De fapt, omul care dorește serios să se apropie de Dumnezeu sau să-și realizeze propria ființă adevărată nu are nevoie de nicio teorie[1].

Î: *Fără îndoială că metoda predată de Bhagavan este directă, dar este atât de dificilă. Nu știm cum să pornim pe această cale. Dacă ne vom întreba neîncetat „Cine sunt eu?", „Cine sunt eu?", ca o* japa *[repetiție a numelui lui Dumnezeu] sau ca o* mantra, *ea devine plictisitoare. În cazul altor metode există ceva preliminar și pozitiv cu care poți să începi, mergând apoi pas cu pas. Dar în metoda lui Bhagavan nu există așa ceva, iar a căuta Sinele fără preliminarii, deși în mod direct, este dificil.*

R: Tu însuți recunoști că metoda este directă. Iată metoda directă și ușoară. Dacă este atât de ușor să urmărim alte lucruri care ne sunt străine, cum poate fi greu pentru cineva să meargă spre propriul Sine? Te întrebi „de unde să începi"? Nu există nici început, nici sfârșit. Tu însuți ești la început și la sfârșit. Dacă tu ești aici și Sinele este altundeva, iar tu trebuie să ajungi la acel Sine, atunci este cu putință să ți se spună cum să începi, cum să călătorești și cum să ajungi la destinație. Să zicem că tu, care ești acum la Ramanasramam, spui: „Doresc să merg la Ramanasramam. Cum să pornesc și cum să ajung acolo?" Ce ți s-ar putea spune? Cineva care

[1] K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, pp. viii-ix.

caută Sinele este într-o asemenea situaţie. El este dintotdeauna Sinele şi nimic altceva. Spui că întrebarea „Cine sunt eu?" devine o *japa*. Nu trebuie să te întrebi mereu „Cine sunt eu?" În acel caz, gândul nu va pieri atât de uşor. În metoda directă, aşa cum o numeşti tu, întrebându-te „Cine sunt eu?", ţi se spune să te concentrezi în tine însuţi acolo unde apare gândul „eu", rădăcina tuturor celorlalte gânduri. Deoarece Sinele nu este în exteriorul, ci în interiorul tău, ţi se cere să plonjezi în interior, în loc să te îndrepţi spre exterior. Ce poate fi mai uşor decât să mergi spre tine însuţi? Dar nu e mai puţin adevărat că, unora, această metodă li se va părea dificilă şi deloc atrăgătoare. Acesta este motivul pentru care s-au predat atâtea metode diferite. Fiecare dintre ele le va părea unora drept cea mai bună şi cea mai uşoară, în funcţie de maturitatea lor interioară [*pavka*]. Dar unora nu li se va părea potrivită nicio altă metodă în afară de *vichara marga* [calea investigaţiei]. Ei vor spune: „Vrei să cunosc sau să văd una sau alta. Dar cine este cunoscătorul, văzătorul?" Orice altă metodă s-ar alege, va fi întotdeauna un făptuitor. Nu putem ocoli asta. Trebuie să descoperim cine este făptuitorul. Până atunci, *sadhana* nu se poate încheia. Deci în cele din urmă, toţi trebuie să ajungă la descoperirea lui „Cine sunt eu?" Te plângi că nu există etape preliminarii, că nu ai nimic pozitiv de la care să începi. Ai „eul" cu care să începi. Ştii că exişti mereu, în timp ce trupul nu există mereu, de exemplu, în somn. Somnul dovedeşte că tu exişti chiar şi fără un corp. Identificăm „eul" cu un corp, considerăm că Sinele are un corp, că are limite, şi de aici provine toată suferinţa noastră. Nu trebuie decât să renunţăm

la identificarea Sinelui cu trupul, cu formele și limitele, iar atunci ne vom cunoaște ca Sinele care suntem dintotdeauna[1].

Î: *Trebuie să formulez mintal întrebarea „Cine sunt eu?"*

R: Ai văzut că ideea de „eu" iese la iveală. Menține ideea de „eu" și găsește-i sursa.

Î: *Aș putea să știu cum?*

R: Fă așa cum ți s-a spus și vezi.

Î: *Nu înțeleg ce ar trebui să fac.*

R: Dacă ar fi ceva obiectiv, calea ar putea fi înfățișată obiectiv. Ea este subiectivă.

Î: *Dar nu înțeleg.*

R: Ce? Nu înțelegi că ești?

Î: *Arătați-mi, vă rog, calea.*

R: Este nevoie să ți se arate calea înăuntrul propriei tale case? Calea este în tine[2].

Î: *Ați spus că Inima este centrul Sinelui.*

R: Da, ea este unicul și cel mai înalt sălaș al Sinelui. Nu trebuie să ai vreo îndoială în acest sens. Sinele adevărat este în Inimă, dincolo de sinele eu [*jiva*].

Î: *Acum, rogu-vă, spuneți-mi unde se află el în corp.*

R: Nu poți cunoaște acest lucru cu mintea. Nu-l poți realiza folosindu-ți imaginația, când îți spun că aici este centrul [arătând partea dreaptă a pieptului]. Singura modalitate nemijlocită de a-l realiza este încetând cu închipuirile și încercând să fii tu însuți. Când realizezi adevărul, simți automat că centrul este acolo.

Acesta este centrul, Inima, ce apare în scripturi ca *hrit-guha* [scobitura inimii], *arul* [harul], *ullam* [Inima].

---

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, pp. 280-1.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 464-5.

Î: *În nicio carte nu am găsit scris că el se află acolo.*

R: La multă vreme după venirea mea aici, am dat întâmplător peste un verset din traducerea în malayalam a *Ashtangahridayam*, celebrul tratat despre *ayurveda* [medicina hindusă], unde se spune că *ojas sthana* [sursa vitalităţii corporale sau locul luminii] este situată în partea dreaptă a pieptului şi se numeşte sediul conştiinţei [*samvit*]. Dar nu cunosc nicio altă carte în care să se spună că Sinele este situat acolo.

Î: *Pot fi sigur că vechii înţelepţi se refereau la acest centru când foloseau termenul „Inimă"?*

R: Da, aşa este. Dar, în loc de a localiza precis experienţa, mai bine ai încerca să o trăieşti. Când vrea să vadă, un om nu are nevoie să ştie unde îi sunt situaţi ochii. Inima este mereu deschisă către tine dacă doreşti să pătrunzi în ea, ajutându-te în toate gesturile tale, chiar şi când nu-ţi dai seama de asta. Ar fi, probabil, mai potrivit să spunem că Sinele este chiar Inima decât să spunem că el este în Inimă. De fapt, Sinele este însuşi centrul. El este pretutindeni, conştient de sine ca „Inimă", conştiinţa de Sine[1].

Î: *În acest caz, cum poate el să fie situat în oricare parte a corpului? Stabilirea unui anumit loc pentru Inimă presupune desemnarea unor limitări fiziologice pentru cel care este dincolo de spaţiu şi de timp.*

R: Aşa este. Dar persoana care pune întrebarea în legătură cu poziţia Inimii se consideră ca existând alături de sau în corp. Când pui întrebarea acum, ai putea să spui că doar corpul tău este prezent aici, iar tu vorbeşti de altundeva? Nu. Tu

[1] K. Sastri, *op. cit.*, pp. xvii-xix.

îți accepți existența corporală. Orice referire la un corp fizic se face numai din acest punct de vedere.

De fapt, conștiența pură este indivizibilă, ea este lipsită de părți, neavând formă, nici „interior" sau „exterior". Pentru ea nu există „dreapta" sau „stânga". Conștiința pură, care este Inima, include totul și nimic nu este în afara sau separat de ea. Iată adevărul absolut.

Din această perspectivă absolută, Inimii, Sinelui sau conștiinței nu i se poate atribui un anumit loc în corpul fizic. De ce? Deoarece corpul însuși nu este decât o simplă proiecție a mintalului, iar mintalul doar o biată reflexie a Inimii strălucitoare. Cum ar putea ea, în care toate sunt conținute, să fie restrânsă la o mică parte din corpul fizic, care nu este decât un fenomen infinitezimal al realității unice?

Dar oamenii nu înțeleg asta. Ei nu pot gândi decât în termenii corpului fizic și ai lumii. Spui, de exemplu: „Am venit în acest ashram tocmai din țara mea, de dincolo de munții Himalaya". Dar nu acesta e adevărul. Cum poate să existe „venire", „plecare" sau oricare altă mișcare pentru spiritul ce pătrunde tot și care ești cu adevărat? Ești acolo unde ai fost dintotdeauna. Corpul tău este cel care s-a mișcat sau a fost transportat din loc în loc până când a ajuns la acest ashram. Iată adevărul pur și simplu, dar pentru cineva care se consideră un subiect ce trăiește într-o lume obiectivă el pare ceva de-a dreptul vizionar!

Inimii i se atribuie un loc în corpul fizic doar când se coboară la nivelul acestei înțelegeri comune.

Î: *Cum ar trebui să înțeleg atunci afirmația lui Sri Bhagavan potrivit căreia experiența centrului Inimii survine într-un anumit loc din piept?*

R: Odată ce accepţi că, din perspectiva adevărului absolut, Inima ca pură conştiinţă este dincolo de spaţiu şi timp, îţi va fi uşor să înţelegi restul dintr-o perspectivă adecvată[1].

Î: *Se spune că Inima este în dreapta, în stânga sau în centru. Având în vedere aceste opinii diferite, cum am putea să medităm asupra ei?*

R: Tu eşti, şi asta este un fapt. Meditaţia [*dhyana*] este ceva care se întâmplă cu concursul tău, ceva din tine şi în tine. Ea trebuie să se petreacă acolo unde eşti. Ea nu poate fi în afara ta. Deci tu eşti centrul meditaţiei [*dhyana*], iar acesta este Inima.

Îndoielile apar numai când o identifici cu ceva tangibil, cu ceva de ordin fizic. Inima nu este un concept, ea nu este un obiect pentru meditaţie, ci este însuşi sediul meditaţiei. Nu rămâne decât Sinele. Vezi corpul în Inimă, lumea este, de asemenea, în ea. Nu există nimic separat de ea. Prin urmare, toate tipurile de efort sunt situate doar acolo[2].

Î: *Spui că ideea de „eu" se iveşte din centrul Inimii. Ar trebui, deci, să-i căutăm sursa acolo?*

R: Îţi cer să vezi unde apare „eul" în corpul tău, dar nu este întru totul exact să spunem că „eul" se iveşte şi fuzionează din şi în Inimă în partea dreaptă a pieptului. Inima nu este decât un alt nume pentru realitate şi ea nu este nici înăuntrul, nici în afara corpului. Pentru ea nu poate exista interior şi exterior, deoarece numai ea există[3].

Î: *Pentru a medita asupra Inimii, ar trebui să meditez asupra părţii drepte a pieptului?*

---

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi`s Gospel*, pp. 73-4.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 378.
[3] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 202.

R: Inima nu este ceva fizic. Meditaţia nu trebuie să fie pe dreapta sau pe stânga. Meditaţia ar trebui să fie asupra Sinelui. Toată lumea ştie că „eu sunt". Cine este „eul"? El nu va fi nici înăuntru, nici în exterior, nici la dreapta, nici la stânga. „Eu sunt" – asta e tot[1]. Abandonează ideea de dreapta și de stânga. Aceste noțiuni țin de corp. Inima este Sinele. Realizează-l și atunci vei vedea de unul singur[2]. Nu este nevoie să știi unde și ce este Inima. Ea își va face treaba dacă pornești în căutarea Sinelui[3].

Î: *Ce este Inima amintită în versetul din* Upadesa Saram, *unde se spune: „Sălăşluirea în Inimă este cea mai bună* karma, *yoga,* bhakti *și* jnana*"?*

R: Inima amintită acolo este cea care este sursa a tot, cea în care trăim cu toții și cea în care ne vom contopi toți, în cele din urmă.

Î: *Cum putem concepe o asemenea Inimă?*

R: De ce trebuie să concepi ceva? Nu trebuie decât să vezi de unde izvorăște „eul"[4]. Cea din care se ivesc toate gândurile ființelor întrupate poartă numele de Inimă. Toate descrierile ei nu sunt decât niște concepte mintale[5].

Î: *Se spune că în piept există șase organe de culori diferite, unul dintre ele fiind Inima, situată la două degete față de partea dreaptă a liniei de mijloc[6]. Dar, în același timp, Inima este lipsită de formă. Ar trebui, oare, să ne imaginăm că are o formă și să medităm asupra ei?*

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 229.
[2] *Ibid.*, p. 488.
[3] „Who", *Maha Yoga*, p. 197.
[4] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 185.
[5] G. Muni, *Sri Ramana Gita*, ch. 5, v. 2.
[6] Această descriere se găsește în *Ashtangahridayam*, tratatul de medicină hindusă citat anterior în acest capitol.

R: Nu. Nu este necesară decât întrebarea „Cine sunt eu?" Aceeaşi realitate persistă în timpul somnului profund şi al stării de veghe. Dar în starea de veghe apar nefericirea şi efortul de a o îndepărta. Dacă eşti întrebat cine se trezeşte din somn, răspunzi: „eu". Acum ţi se spune să te agăţi de acest „eu". Dacă se face asta, fiinţa eternă se va dezvălui. Esenţială este investigarea „eului", şi nu meditaţia asupra centrului Inimii. Nu există interior sau exterior. Ambele înseamnă fie acelaşi lucru, fie nimic.

Desigur, există şi practica meditaţiei asupra centrului Inimii. Ea este doar o simplă practică, şi nu o investigaţie. Numai cel care meditează asupra Inimii poate să rămână conştient când mintea încetează să fie activă şi rămâne tăcută, în timp ce aceia care meditează asupra altor centri nu pot avea o asemenea stare de conştiinţă, ajungând la concluzia că mintea s-a liniştit doar după ce aceasta redevine activă[1].

Oricare ar fi locul din corp în care se crede că sălăşluieşte Sinele, puterea gândului respectiv îl va face pe cel care crede astfel să i se pară că Sinele sălăşluieşte în acel loc. Totuşi, doar Inima preaiubită este refugiul din care se iveşte şi dispare acel „eu". Să ştii că, deşi se spune că Inima există atât înăuntru, cât şi în afară, din perspectiva adevărului absolut ea nu există nici înăuntru, nici în afară, deoarece trupul, care este temeiul diferenţei dintre „interior" şi „exterior", reprezintă o închipuire a minţii gânditoare. Inima, izvorul, este începutul, mijlocul şi sfârşitul a toate. Inima, spaţiul ultim, nu este niciodată vreo formă. Ea este lumina adevărului[2].

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 116.
[2] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 251, 261, 257.

CAPITOLUL 7

Abandonul

Multe dintre tradițiile de ordin religios ale lumii pledează pentru abandonul în fața lui Dumnezeu ca mijloc de a depăși sinele individual. Sri Ramana accepta validitatea unui asemenea demers spunând adesea că această metodă este la fel de eficientă ca și investigarea de sine. În mod tradițional, abandonul este asociat cu practici religioase dualiste, dar, pentru Ramana, asemenea activități au o importanță secundară. El evidenția faptul că abandonul veritabil depășea venerarea lui Dumnezeu dintr-o relație de tip subiect-obiect, deoarece nu putea fi înfăptuit cu succes decât în clipa în care cel care și-a închipuit că este separat de Dumnezeu încetează să existe. Pentru atingerea acestui scop el recomanda două practici diferite:

1 Persistența în ideea de „eu" până când cel care își imaginează că este separat de Dumnezeu dispare.

2 Abandonarea completă a responsabilității pentru propria viață în seama lui Dumnezeu (Sinele). Pentru ca un asemenea abandon de sine să fie eficient, individul trebuie să nu mai aibă voință sau dorințe proprii, trebuind să se debaraseze complet de ideea că există o persoană individuală ce este capabilă să acționeze independent de Dumnezeu.

Desigur, prima metodă nu este decât investigarea de sine deghizată sub un alt nume. Sri Ramana echivala deseori practica abandonului și, respectiv, a investigării de sine, spunând că sunt două nume diferite ale aceluiași proces sau că sunt singurele modalități eficiente prin care se poate ajunge la realizarea Sinelui. Această afirmație este congruentă punctului său de vedere potrivit căruia orice practică ce presupunea conștientizarea ideii de „eu" este o cale validă și nemijlocită către Sine, spre deosebire de practicile care nu o presupun.

Insistența asupra percepției subiective a „eului" ca unic mijloc de a ajunge la Sine este definitorie pentru atitudinea lui față de practicile devoționale (*bhakti*) și de cult care sunt de regulă asociate cu abandonul în fața lui Dumnezeu. El nu și-a descurajat niciodată discipolii în adoptarea acestor practici, însă preciza că orice relație cu Dumnezeu (adorator, închinător, slujitor etc.) este o iluzie, atât timp cât nu există decât Dumnezeu. Adevărata devoțiune, spunea el, este să rămâi așa cum este unica realitate, într-o stare a ființei în care orice idee legată de relația cu Dumnezeu a încetat să existe.

A doua metodă, cea care implică predarea responsabilității pentru propria viață în seama lui Dumnezeu, este și ea legată de investigarea de sine, deoarece scopul ei este de a elimina ideea de „eu", separând-o de obiectele și acțiunile cu care se identifică în mod constant. Adoptând această practică, vom avea constant conștiința faptului că nu există un „eu" individual care să dorească ori să acționeze, că există numai Sinele și că nimic altceva în afară de Sine nu este capabil să acționeze independent de el. Când urmezi această practică, ori de câte ori conștientizezi faptul că îți asumi responsabilitatea pentru gânduri și acțiuni – de exemplu, „eu vreau" ori „eu fac asta" –,

trebuie să retragi mintea de la legăturile ei exterioare şi s-o fixezi în Sine. Acest lucru seamănă cu transferul atenţiei ce are loc în investigarea de sine când ne dăm seama că atenţia de sine s-a pierdut. În ambele cazuri, scopul este de a izola ideea de „eu" şi de a o face să dispară în izvorul ei.

Sri Ramana însuşi a recunoscut că, pentru mulţi oameni, abandonul spontan şi complet al „eului" prin această metodă este un ţel imposibil de atins, astfel că, uneori, le recomanda discipolilor să practice exerciţii preliminare prin care să-şi cultive devoţiunea şi controlul minţii. Majoritatea acestor practici presupunea concentrarea sau meditaţia asupra lui Dumnezeu sau a maestrului spiritual (Guru) fie printr-o repetare constantă a numelui său (*japa*), fie prin vizualizarea formei sale. Ramana le spunea discipolilor că după o asemenea practică regulată, îndeplinită cu dragoste şi devoţiune, mintea va fi absorbită fără niciun efort în obiectul meditaţiei.

Când se ajunge în această etapă, abandonul total devine mult mai uşor. Conştientizarea constantă a lui Dumnezeu împiedică mintea să se identifice cu alte obiecte şi întăreşte convingerea că nu există decât Dumnezeu. Ea duce, de asemenea, la apariţia unui flux reciproc de putere şi har dinspre Sine, ceea ce slăbeşte dominaţia ideii de „eu" şi nimiceşte tendinţele mintale (*vasana*) care o perpetuează şi îi consolidează existenţa. În cele din urmă, ideea de „eu" este micşorată până la proporţii convenabile, iar cu puţină atenţie de sine ea poate fi făcută să se cufunde pentru un timp în Inimă.

Ca şi în cazul investigării de sine, realizarea finală este indusă automat prin puterea Sinelui. Când toate tendinţele extrovertite ale minţii au fost dizolvate prin experienţe repetate ale fiinţei, Sinele nimiceşte complet ultimele vestigii ale ideii

de „eu”, astfel că ea nu mai apare niciodată. Distrugerea finală a „eului” are loc numai dacă abandonul de sine a fost complet nemotivat. Dacă este făcut din dorința de a obține harul sau realizarea Sinelui, el nu poate fi decât un abandon parțial, o tranzacție negustorească în care ideea de „eu” face un efort, așteptându-se să primească o recompensă.

Î: *Ce este abandonul necondiționat?*

R: Dacă cineva se abandonează pe sine, nu va mai exista nimeni care să pună întrebări sau la care să zboare gândul. Fie se elimină gândurile, persistând în gândul originar „eu”, fie individul se abandonează pe sine necondiționat puterii supreme. Acestea sunt singurele două căi spre realizare[1].

Î: *Abandonul total sau complet nu presupune însă ca individul să renunțe până și la dorința de eliberare sau Dumnezeu?*

R: Abandonul total presupune să nu ai vreo dorință proprie. Trebuie să fii mulțumit cu orice îți dă Dumnezeu, iar asta înseamnă să nu ai dorințe proprii.

Î: *Acum, că m-am lămurit asupra acestei probleme, vreau să știu pașii pe care trebuie să-i fac pentru a putea ajunge la abandonul de sine.*

R: Există două căi. Una este să depistezi sursa „eului” și să fuzionezi cu acea sursă. Cealaltă este să simți că „Eu sunt neajutorat de unul singur, doar Dumnezeu este atotputernic și nu există alt mod de a fi în siguranță decât abandonându-mă complet lui”. Prin această metodă, individul își cultivă treptat convingerea că nu există decât Dumnezeu și că eul nu con-

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 285.

tează. Ambele metode duc spre aceeaşi destinaţie. Abandonul total este o altă denumire pentru *jnana* sau eliberare[1].

Î: *Consider calea abandonului mai uşoară şi doresc s-o urmez.*

R: Orice cale ai urma, va trebui să te pierzi în realitatea unică. Abandonul este complet doar când ajungi în etapa „Tu eşti tot" şi „Facă-se voia Ta".

Această stare nu este diferită de *jnana*. În metoda *soham* [repetarea afirmaţiei „Eu sunt Acela"] există dualitate [*dvaita*]. În abandon există doar non-dualitate [*advaita*]. În realitate, nu există nici *dvaita*, nici *advaita*, ci doar ceea ce este. Abandonul pare uşor deoarece oamenii îşi imaginează că, spunând cu buzele: „Mă abandonez" şi lăsându-şi poverile în seama Domnului, pot fi liberi şi pot face tot ce le place. Dar, de fapt, tu nu mai poţi avea preferinţe şi antipatii după ce ai capitulat; voinţa ta trebuie să devină total inexistentă, fiind înlocuită de voia Domnului. Moartea eului pe această cale induce o stare ce nu este diferită de *jnana*. Deci, pe orice cale vei merge, trebuie să ajungi la *jnana* sau unitate[2].

Î: *Care este cel mai bun mod de a ucide eul?*

R: Cea mai bună cale este cea care ţi se pare mai uşoară sau care îţi place mai mult. Toate căile sunt la fel de bune, căci duc spre aceeaşi destinaţie, care este contopirea eului în Sine. Ceea ce devotul [*bhakta*] numeşte abandon poartă numele de *jnana* în limbajul celui ce practică *vichara*. Ambele metode încearcă să ducă eul înapoi la sursa din care s-a ivit şi să-l facă să fuzioneze în ea[3].

---

[1] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 140.
[2] *Ibid.*, p. 72.
[3] *Ibid.*, p. 30.

Î: *Harul nu poate accelera o asemenea aptitudine în căutător?*

R: Lasă totul în seama lui Dumnezeu. Abandonează-te fără rezerve. Trebuie să faci una din două. Ori te abandonezi deoarece îți recunoști nepriceperea și ai nevoie ca o putere mai înaltă să te ajute, ori cercetezi cauza problemei mergând la sursă și fuzionând în Sine. În fiecare dintre variante, vei fi eliberat de suferință. Dumnezeu nu părăsește niciodată pe cineva care s-a abandonat pe sine.

Î: *Ce este deriva minții după capitulare?*

R: Mintea care s-a abandonat pune această întrebare?[1]

Î: *Dorind tot timpul să mă abandonez, sper că voi avea parte de tot mai mult har.*

R: Abandonează-te o dată pentru totdeauna și termină cu dorința. Atât timp cât se mai păstrează sentimentul făptuirii, dorința există. La fel și personalitatea. Dacă ea dispare, descoperim că Sinele strălucește în toată puritatea lui. Dependența apare prin sentimentul făptuirii, nu prin acțiunile ca atare.

„Fii liniștit și cunoaște că Eu sunt Dumnezeu." Aici liniștea este abandonul total, fără nicio urmă de individualitate. Liniștea va birui, iar mintea nu va mai fi agitată. Agitația minții este cauza din care se ivesc dorința, sentimentul făptuirii și personalitatea. Dacă agitația este oprită, se instalează liniștea. În acel moment, „a ști" înseamnă „a fi". Nu vorbesc despre cunoașterea relativă, cea care presupune triadele cunoaștere, proces de cunoaștere și cunoscut.

Î: *Este gândul „Eu sunt Dumnezeu" sau „Eu sunt ființa supremă" de vreun ajutor?*

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 334.

R: „Eu sunt Cel ce sunt." „Eu sunt" este Dumnezeu, nu gândul „Eu sunt Dumnezeu". Realizează-l pe „Eu sunt" și nu gândi „Eu sunt". Se spune „Cunoaște că Eu sunt Dumnezeu", și nu „Gândește că Eu sunt Dumnezeu"[1].

Toată această vorbărie despre abandon seamănă cu gestul cuiva care ia niște zahăr brun dintr-o imagine a Zeului Ganesa făcută din zahăr brun și îl oferă ca *naivedya* [ofrandă de hrană] aceluiași Zeu Ganesa. Spui că îți oferi corpul, sufletul și toată averea lui Dumnezeu. Au fost ele vreodată ale tale, pentru a le putea oferi? În cel mai bun caz, poți spune doar: „Până acum am făcut greșeala de a-mi imagina că toate acestea care sunt ale tale erau ale mele. Acum realizez că sunt ale tale. Nu voi mai acționa ca și cum ar fi ale mele". Cunoașterea faptului că nu există decât Dumnezeu sau Sinele, că eu și toate ale mele nu existăm și că doar Sinele există, este *jnana*. Prin urmare, nu există nicio diferență între *bhakti* și *jnana*. *Bhakti* este mama cunoașterii [*jnana mata*][2].

Î: *Fiind oameni care trăim în lume, avem tot felul de supărări și nu știm cum să le depășim. Ne rugăm lui Dumnezeu și totuși nu suntem mulțumiți. Ce putem face?*

R: Aveți încredere în Dumnezeu.

Î: *Ne abandonăm; totuși nu vine niciun ajutor.*

R: Da. Dacă te-ai abandonat lui, trebuie să poți accepta voia lui Dumnezeu și să nu te plângi de ceea ce s-ar putea să nu-ți fie pe plac. În cele din urmă, lucrurile s-ar putea să fie diferite de felul în care par a fi. Deseori, nenorocirea i-a făcut pe oameni să aibă încredere în Dumnezeu.

[1] *Ibid.*, pp. 322–3.
[2] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 42.

Î: *Dar noi trăim în lume. Avem soţii, copii, prieteni şi rude. Nu le putem ignora existenţa, abandonându-ne voii divine, fără a păstra în noi o fărâmă de personalitate.*

R: Asta înseamnă că nu te-ai abandonat aşa cum ai afirmat. Trebuie să te încrezi doar în Dumnezeu[1].

Abandonează-te lui şi acceptă voia sa indiferent dacă el apare sau dispare. Slujeşte-l aşa cum îi place. Dacă îl rogi să facă aşa cum îţi place, asta nu înseamnă a te abandona lui, ci a-i porunci. Nu-l poţi face să asculte de tine în acelaşi timp în care i te abandonezi. El ştie ce este mai bine, când şi cum trebuie să facă. Lasă totul numai în seama lui. Povara este a lui, tu nu mai ai niciun fel de griji. Toate grijile tale sunt ale lui. Iată ce înseamnă abandonul. Iată ce este *bhakti*.

Sau întreabă-te cine are aceste probleme. Plonjează adânc în Inimă şi rămâi una cu Sinele. Dintre aceste două căi, una îi va fi accesibilă căutătorului[2].

Î: *Abandonul este imposibil.*

R: Da. Abandonul total este imposibil la început. Dar, desigur, abandonul parţial este accesibil tuturor. Cu timpul, el va duce la abandonul total. Dacă abandonul este imposibil, ce putem face? Nu există linişte sufletească şi nu poţi s-o faci să apară. Aşa ceva se poate numai prin abandon[3].

Î: *Este abandonul ca atare suficient pentru a ajunge la Sine?*

R: Este suficient să te abandonezi. Abandonul înseamnă să te predai în seama sursei originare a propriei fiinţe. Nu vă amăgiţi imaginându-vă că sursa respectivă este vreun Dumnezeu din afara voastră. Sursa voastră este în voi înşivă. Lă-

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 49.
[2] *Ibid.*, p. 425.
[3] *Ibid.*, p. 195.

sați-vă în seama ei. Asta înseamnă că trebuie să căutați sursa și să vă contopiți cu ea[1].

Î: *[Dată lui Sri Ramana sub forma unei note scrise] Se spune că omul poate obține orice dacă se refugiază întru totul și exclusiv în Dumnezeu, fără a se gândi la nimic altceva. Înseamnă asta să stea nemișcat într-un anumit loc, contemplându-l numai pe Dumnezeu tot timpul, lepădându-se de toate gândurile, chiar și de gândurile legate de hrană, care este esențială pentru supraviețuirea corpului? Înseamnă că, dacă omul se îmbolnăvește, el nu trebuie să se gândească la medicamente sau la tratament, lăsându-și sănătatea sau boala numai în seama Providenței?*

În Bhagavad Gita *se spune: „Omul care izgonind toate dorințele trăiește fără dorinți, fără [să gândească]* «al meu» *și* «eu», *acela ajunge la pace" (2:71)*[2]. *Asta înseamnă lepădarea tuturor dorințelor. Trebuie, deci, să ne dedicăm exclusiv contemplării lui Dumnezeu, acceptând hrană și apă numai când ele vin prin mila lui Dumnezeu, fără a le cere? Sau înseamnă că trebuie să facem un oarecare efort? Bhagavan, explică, te rog, taina acestui abandon [*saranagati*].*

R: [După ce a citit biletul, Sri Ramana s-a adresat tuturor celor aflați în încăpere.] Abandonul total [*Ananya saranagati*] înseamnă, fără îndoială, a fi lipsit de orice atașament față de gânduri, dar înseamnă și lepădarea gândurilor legate de hrană și apă, care sunt esențiale pentru supraviețuirea corpului fizic. Întreabă: „Să mănânc numai dacă primesc ceva din inițiativa lui Dumnezeu, fără ca eu să o cer? Sau ar trebui să fac un oarecare efort?" Prea bine. Să presupunem că hrana pe care o ai în față vine de la sine. Dar chiar și atunci, cine va mânca? Să

[1] *Ibid.*, p. 175.
[2] *Bhagavad Gita*, trad. Sergiu-Al George, Ed. Herald, 2015. (*N. tr.*)

zicem că cineva ți-o pune în gură, nu s-ar cuveni măcar s-o înghiți? Nu e ăsta un efort? El întreabă: „Dacă mă îmbolnăvesc, să iau medicamente sau să stau liniștit, lăsându-mi sănătatea și boala în mâinile lui Dumnezeu?" În cartea *Sadhana Panchakam*, scrisă de Sankara, se spune că pentru tratarea bolii ce se numește foame omul trebuie să mănânce hrana primită ca pomană. Dar atunci omul trebuie, cel puțin, să iasă pe stradă și să o cerșească. Dacă toți oamenii și-ar închide ochii și ar sta nemișcați, spunându-și că vor mânca dacă hrana vine la ei, ce s-ar întâmpla cu lumea? Prin urmare, omul trebuie să răspundă calm împrejurărilor în funcție de propriile tradiții, dar el nu trebuie să aibă sentimentul că face el însuși ceva.

Dependența vine din sentimentul că eu fac. Prin urmare, este necesar să ne gândim și să descoperim o metodă cu ajutorul căreia poate fi depășit un asemenea sentiment, în loc de a nu ști dacă e cazul să luăm medicamente dacă suntem bolnavi sau să mâncăm dacă ne este foame. Asemenea îndoieli vor continua să apară neîncetat. Se ivesc chiar și îndoieli precum: „Să mă vait dacă mă doare? Să inspir după ce am expirat?" Fie că o numești *Iswara* [Dumnezeu] sau *karma* [destin], o putere mai înaltă [*karta*] le va împlini pe toate în această lume conform nivelului de dezvoltare la care a ajuns mintea fiecărui individ. Dacă se aruncă responsabilitatea pe o putere mai înaltă, lucrurile vor merge de la sine. Pășim pe acest pământ. Când facem asta, ne gândim la fiecare pas dacă să ridicăm un picior după celălalt sau dacă să ne oprim la un moment dat? Nu este mersul ceva automat? La fel este și cu inspirația și expirația. Nu se face niciun efort special pentru a inspira sau expira. La fel este și cu această viață. Putem oare să renunțăm la orice lucru la care vrem să renunțăm ori să facem orice după

bunul plac? Foarte multe lucruri se fac automat fără ca noi să fim conştienţi de ele. Abandonul total în faţa lui Dumnezeu înseamnă să renunţăm la toate gândurile şi să ne concentrăm mintea asupra Lui. Dacă ne putem concentra mintea asupra Lui, celelalte gânduri dispar. Dacă acţiunile legate de minte, vorbire şi corp sunt contopite în Dumnezeu, toate poverile vieţii noastre vor fi purtate de El[1].

Î: *Dar este Dumnezeu realmente făptuitorul tuturor acţiunilor pe care le îndeplinesc?*

R: În momentul de faţă, dificultatea e tocmai că omul se consideră făptuitor. Dar e o eroare. Puterea supremă face tot, iar omul nu este decât un instrument. Dacă el acceptă această poziţie, nu are probleme. Iată, ca exemplu, o figură sculptată la baza unui *gopuram* [turnul unui templu], ce pare să poarte întreaga povară a turnului pe umerii ei. Postura şi înfăţişarea ei denotă o sforţare extremă, lăsând impresia că poartă întreaga povară a turnului. Nu e ciudat? Aşa e şi cu omul care are impresia că el este cel care face[2].

Î: *Swami, este bine să-l iubeşti pe Dumnezeu, nu-i aşa? Atunci de ce să nu urmăm calea dragostei?*

R: Cine a spus că nu o putem urma? O poţi urma. Dar când vorbeşti despre dragoste, apare o dualitate, nu-i aşa? Persoana care iubeşte şi entitatea numită Dumnezeu, care este iubită. Individul nu este separat de Dumnezeu. Aşadar, dragostea înseamnă că omul îşi îndreaptă dragostea spre propriul Sine.

Î: *De aceea vă întreb dacă îl putem venera pe Dumnezeu urmând calea dragostei.*

---

[1] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, pp. 181–3.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 69.

R: Este tocmai ceea ce spuneam. Dragostea însăşi este chiar chipul lui Dumnezeu. Dacă, spunând „nu iubesc asta, nu iubesc aia", respingi toate lucrurile, ceea ce rămâne este *swarupa*, adică adevăratul chip al Sinelui. El este beatitudine pură. Îl poţi numi pură beatitudine, Dumnezeu, *atma* sau cum doreşti. Iată veneraţia, realizarea, iată totul.

Dacă respingi totul în acest fel, ceea ce rămâne va fi doar Sinele. Aceasta este dragostea adevărată. Cel care cunoaşte secretul unei asemenea iubiri descoperă că lumea însăşi este plină de dragoste universală[1].

Devoţiunea [*bhakti*] este pur simplu acea stare de neuitare a conştiinţei care este relaţia de dragoste reală şi necurmată, deoarece adevărata cunoaştere a Sinelui, care străluceşte ea însăşi ca beatitudine ultimă şi neîntreruptă, irumpe ca natură a dragostei.

Ghemul foarte încâlcit al vieţii va fi descurcat doar de cel ce cunoaşte adevărul dragostei, căci în el se află natura veritabilă a Sinelui. Eliberarea va fi cu putinţă doar pentru cel ce ajunge pe culmile dragostei. Iată esenţa tuturor religiilor. Experienţa Sinelui nu este decât dragoste, ceea ce înseamnă să vezi numai dragoste, să auzi numai dragoste, să simţi numai dragoste, să nu guşti şi să nu miroşi decât dragoste, ceea ce este beatitudine pură[2].

Î: *Tânjesc după* bhakti. *Nu mă pot sătura de acest dor. Nici măcar realizarea nu contează pentru mine. Fie ca acest dor să nu mă lase niciodată.*

---

[1] S. Nagamma, *op. cit.*, pp. 309–10.
[2] Muruganar, *Guru Vachaka Vovai*, vv. 974, 652, 655.

R: Dacă dorul există, realizarea ţi se va impune, chiar dacă nu o doreşti[1]. Să tânjeşti după ea cu atâta intensitate încât mintea să se topească în actul devoţiunii. După ce arde, camforul nu lasă niciun rest. Mintea este camforul. Când ea se dizolvă în Sine fără să lase nicio urmă, survine realizarea Sinelui[2].

Î: *Cred în* murti dhyana *[venerarea formei]. Mă va ajuta ea să dobândesc* jnana?

R: Te va ajuta cu siguranţă. Meditaţia [*upsana*] ajută la concentrarea minţii. Atunci mintea este liberă de alte gânduri şi împrumută pe de-a-ntregul forma asupra căreia se meditează. În acel moment, mintea devine una cu obiectul meditaţiei, iar asta o face să fie foarte pură. Ajuns aici, întreabă-te cine este devotul. Răspunsul este „eu", adică Sinele. Astfel, în cele din urmă, se realizează Sinele.[3]

Cel mai bun tip de adoraţie este venerarea realităţii lipsite de formă prin gând negândit. Dar când individul nu este apt pentru o asemenea adorare lipsită de formă a lui Dumnezeu, nu i se potriveşte decât adorarea formei. Adorarea lipsită de formă este accesibilă numai oamenilor care sunt lipsiţi de eşafodajul eului. Trebuie să ştiţi că orice adorare practicată de oameni care au eşafodajul egoului nu este decât o venerare a formei.

Numai acea stare pură a fiinţei asociată harului [Sinele], stare ce este lipsită de orice ataşament, este propria noastră stare de linişte, lipsită de orice altceva. Să ştiţi că, după ce ai cunoscut-o nemijlocit aşa cum este, doar identificarea continuă cu acea linişte este adevărata devoţiune mentală [*mana-*

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 219.
[2] *Ibid.*, p. 133.
[3] *Ibid.*, p. 69.

sika-puja]. Să știți că practica devoțiunii neîncetate, veritabile și naturale, în care mintea se statornicește cu smerenie ca Sine unic, după ce l-a instalat pe Dumnezeu pe tronul Inimii, este cea mai bună dintre toate tipurile de adorație. Numai liniștea, care este lipsită de insistențele eului, este eliberarea. Non-devoțiunea [*vibhakti*] este pur și simplu uitarea funestă care ne face să alunecăm de la înălțimea acelei stări de liniște. Să știți că stăruința în acea liniște, cu mintea într-o stare de nediferențiere față de Sine, este adevărata *Shiva bhakti* [devoțiune față de Dumnezeu].

Când cineva s-a abandonat total la picioarele lui Shiva, devenind astfel de aceeași natură cu Sinele, Inima este cuprinsă de o pace desăvârșită, astfel că nu mai există niciun cotlon în care să încolțească vreo nemulțumire legată de defectele și neajunsurile proprii – iată natura celei mai înalte devoțiuni. Starea celui care devine astfel rob al lui Dumnezeu, rămânând liniștit și tăcut, fără a avea nici măcar gândul egoist „eu sunt sclavul lui", este sălășluirea în Sine – iată cunoașterea supremă[1].

Î: *Căutătorii spirituali pot atinge acest țel de viață dacă trăiesc în lume absorbiți în cântări de laudă la adresa lui Dumnezeu? Ori se cuvine ca ei să stea într-un singur loc?*

R: E bine să ții mintea concentrată asupra unui singur lucru, indiferent pe unde umblă persoana. Ce rost are să ții corpul într-un singur loc dacă minții i se permite să rătăcească?

Î: *Este posibilă devoțiunea lipsită de motiv [*ahetuka bhakti*]?*

[1] Muruganar, *op. cit.*, vv. 658, 657, 521, 520, 721, 1205, 472.

R: Da, este posibilă[1]. Venerarea lui Dumnezeu de dragul unui obiect pe care îl dorim nu este decât venerarea acelui obiect dorit. Dispariţia totală a oricărui gând legat de vreun obiect al dorinţei este prima condiţie pentru o minte care vrea să atingă starea de Shiva[2].

Î: *În* Sri Bhagavatam *recomandaţi o modalitate de a-l găsi pe Krishna în Inimă plecându-ne în faţa tuturor şi privindu-i pe toţi ca pe Dumnezeu însuşi. Este aceasta calea potrivită care duce spre realizarea Sinelui? Nu este mai uşor să-l venerezi pe Bhagavan în orice îţi vine în minte decât să cauţi nivelul supramintal prin întrebarea mintală „Cine sunt eu?"*

R: Da, când îl vezi pe Dumnezeu în toţi, te gândeşti la Dumnezeu sau nu? Cu siguranţă că trebuie să te gândeşti la Dumnezeu dacă vrei să-l vezi pe Dumnezeu peste tot în jurul tău. Această menţinere a lui Dumnezeu în mintea ta devine meditaţie [*dhyana*], iar *dhyana* este etapa anterioară realizării. Realizarea nu poate fi decât în Sine sau a Sinelui. Ea nu poate fi niciodată separată de Sine. *Dhyana* trebuie să preceadă realizarea, dar nu are nicio importanţă dacă meditezi asupra lui Dumnezeu sau a Sinelui, deoarece ţelul este identic. Orice ai face, nu poţi ocoli Sinele. Vrei să-l vezi pe Dumnezeu în toate, dar nu în tine însuţi? Dacă totul este Dumnezeu, nu eşti şi tu inclus în acest tot? Fiind tu însuţi Dumnezeu, este de mirare că totul este Dumnezeu? Aceasta este metoda recomandată în *Sri Bhagavatam* şi în alte cărţi scrise de alţii. Dar chiar şi în cadrul acestei practici trebuie să existe un văzător sau un gânditor. Cine este el?

Î: *Cum să-l vezi pe Dumnezeu care pătrunde totul?*

[1] S. Nagamma, *op. cit.*, p. 18.
[2] Muruganar, *op. cit.*, v. 683

R: Să-l vezi pe Dumnezeu înseamnă să fii Dumnezeu. Nu există vreun tot separat de Dumnezeu pe care El să-l pătrundă. Doar El există[1].

Î: *Devotul [*bhakta*] are nevoie de un Zeu căruia să-i adreseze devoțiunea. Trebuie, oare, să i se spună că nu există nici devotul, nici obiectul devoțiunii, ci doar Sinele?*

R: Desigur, pentru *sadhana* este nevoie de Dumnezeu. Dar la capătul practicii spirituale [*sadhana*], chiar dacă alegem calea devoțiunii [*bhakti marga*], se ajunge numai după abandonul total. Nu înseamnă asta că estomparea eului face ca Sinele să rămână așa cum a fost dintotdeauna? Orice cale ai alege, „eul" este inevitabil, „eul" care efectuează actele lipsite de motive [*nishkama karma*], „eul" care tânjește după reunirea cu Dumnezeu, de care simte că a fost separat, „eul" care simte că s-a îndepărtat de natura lui adevărată și așa mai departe. Trebuie descoperită sursa acestui „eu". Atunci se vor rezolva toate problemele[2].

Î: *Dacă și „eul" este o iluzie, cine spulberă iluzia?*

R: „Eul" spulberă iluzia „eului", rămânând totuși ca „eu". Iată paradoxul realizării Sinelui. Cel care a realizat prin experiență proprie acest adevăr nu vede nicio contradicție aici. Să luăm exemplul devoțiunii [*bhakti*]. Mă apropii de *Iswara* și mă rog să fiu absorbit în el. Apoi mă abandonez plin de încredere și mă concentrez asupra lui. Ce rămâne după aceea? În locul „eului" inițial, abandonul total lasă un sediment de Dumnezeu în care „eul" se pierde. Aceasta este cea mai înaltă formă de devoțiune [*parabhakti*] și abandon, precum și culmea nonatașamentului [*vairagya*].

---

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 24.
[2] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 157.

Renunţi la diverse posesiuni proprii. Dar dacă, în schimb, renunţi la „eu" şi la „al meu", se renunţă la tot dintr-o lovitură. Astfel, răul este zdrobit în germene. Dezpătimirea [*vairagya*] trebuie să fie foarte solidă pentru a face aşa ceva. Dorinţa de a o face trebuie să fie la fel de imperioasă cât cea a unui om ţinut cu capul sub apă care încearcă să se ridice la suprafaţă pentru a-şi salva viaţa[1].

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 29–30.

PARTEA A TREIA

Maestrul Spiritual

În realitate, Dumnezeu și Guru nu sunt diferiți. Așa cum prada căzută în fălcile tigrului nu poate scăpa, cei care au căzut sub raza grației unui Guru vor fi cu siguranță mântuiți și nu vor fi părăsiți niciodată; cu toate acestea, trebuie să urmăm fără greș calea indicată de Guru.[1]

Din punctul de vedere al lui Bhagavan nu există discipoli, dar din punctul de vedere al discipolului grația unui Guru este precum oceanul. Dacă discipolul vine cu o ceașcă, va primi doar cât încape într-o ceașcă. Nu are rost să te plângi de zgârcenia oceanului; cu cât este vasul mai mare, cu atât mai mult va putea el să conțină. Depinde numai de el.[2]

Una dintre metodele prin care se dobândește oprirea temporară a activităților mintale este însoțirea cu înțelepții. Ei sunt pricepuți în *samadhi*, stare ce le-a devenit ușor accesibilă, naturală și continuă. Cei care sunt mereu în imediata lor apropiere și într-un contact empatic cu ei, absorb treptat obișnuința stării de *samadhi*.[3]

---

[1] S. Om, *The Path of Sri Ramana*, p. 160.
[2] A. Osborne, *Ramana Maharshi and the Path of Knowledge*, p. 142.
[3] P. Brunton, *Conscious Immortality*, p. 35.

CAPITOLUL 8

Maestrul spiritual

Termenul Guru [sau „Maestru spiritual"] este folosit în sens larg pentru a desemna orice persoană care oferă sfaturi de ordin spiritual, dar în vocabularul lui Sri Ramana cuvântul are o definiție mult mai strictă. Pentru el, un Guru veritabil este cineva care a realizat Sinele și care este capabil să-și folosească puterea pentru a-i ajuta pe alții să meargă spre țelul realizării Sinelui.

Sri Ramana spunea adeseori că Dumnezeu, Guru și Sinele sunt identici; un Guru este Dumnezeu în formă umană, el fiind totodată Sinele din Inima fiecărui discipol. Deoarece el este atât înăuntru, cât și în exterior, puterea lui lucrează în două modalități diferite: Maestrul exterior dă instrucțiuni și, prin puterea lui, îl face pe discipol capabil să își mențină atenția concentrată asupra Sinelui; Maestrul interior forțează mintea discipolului înapoi către propria sursă, o absoarbe în Sine și, în cele din urmă, o nimicește.

Potrivit unui principiu de bază din învățătura lui Sri Ramana, un Guru este necesar pentru aproape oricine caută să ajungă la o conștientizare permanentă a Sinelui. Prin urmare, rolul de catalizator al Maestrului este crucial; cu excepția unor cazuri rare, ignorarea Sinelui este înrădăcinată atât de profund, încât căutătorilor individuali le este cu neputință să scape de sub imperiul ei doar prin propriile lor eforturi.

Deși Sri Ramana afirma că un Guru este indispensabil pentru cei care caută realizarea Sinelui, el preciza, de asemenea, că Maestrul nu are puterea de a genera realizarea în cei care nu o caută fervent. Dacă individul face tentative serioase de a descoperi Sinele, atunci grația și puterea Maestrului vor începe să vină automat. Dacă nu se face nicio tentativă în acest sens, Maestrul este lipsit de orice putere.

Dialogurile din acest capitol rezumă concepțiile lui Sri Ramana despre natura Maestrului și rolul pe care acesta îl joacă în procesul de realizare a Sinelui. Modul aparte în care Sri Ramana și-a folosit propria putere va fi examinat mai în detaliu în capitolul 9.

Î: *Ce este harul unui Guru? Cum duce el la realizarea Sinelui?*

R: Guru este Sinele. Uneori în viață omul ajunge să fie nemulțumit și, neajungându-i ceea ce are, caută satisfacerea dorințelor lui prin rugăciuni adresate lui Dumnezeu. Mintea lui se purifică treptat până când el jinduiește să-l cunoască pe Dumnezeu, mai mult pentru a-i dobândi harul decât pentru a-i îndeplini dorințele lumești. Atunci harul lui Dumnezeu începe să se manifeste. Dumnezeu ia forma unui Guru și îi apare devotului, îl învață adevărul și, în plus, îi purifică mintea prin însoțirea cu el. Mintea devotului prinde puteri, fiind deci aptă să se întoarcă spre interior. Purificarea minții continuă prin meditație, ea rămânând liniștită fără nici cel mai mic gând. Această întindere calmă este Sinele.

Maestrul este simultan exterior și interior. Din exterior el dă un impuls minții să se întoarcă spre interior. Din interior, el trage mintea spre Sine și ajută la liniștirea minții. Acesta este

harul Maestrului. Nu există nicio diferență între Dumnezeu, Guru și Sine.

Î: *La Societatea Teosofică oamenii meditează pentru a căuta maeștri care să-i călăuzească.*

R: Maestrul este în interior; meditația are scopul de a îndepărta ideea falsă potrivit căreia el este numai în exterior. Dacă el este un străin pe care îl aștepți, într-o bună zi el va trebui să dispară. Care este rostul unei asemenea ființe trecătoare? Dar atât timp cât crezi că ești o ființă separată sau că ești corpul, este necesar și un maestru exterior, iar el va părea să aibă un corp. Când încetează falsa noastră identificare cu trupul, se va descoperi că maestrul nu este altul decât Sinele.

Î: *Ne va ajuta Maestrul să cunoaștem Sinele prin inițiere?*

R: Oare Maestrul te ține de mână și îți șoptește în ureche? Ți l-ai putea imagina ca fiind ceea ce ești tu însuți. Deoarece crezi că tu ești asociat cu un corp, crezi că și el are un corp și că va face pentru tine ceva palpabil. Lucrarea lui se săvârșește înăuntru, pe tărâmul spiritului.

Î: *Cum se găsește un Guru?*

R: Lui Dumnezeu, care este imanent, i se face milă de închinătorul plin de dragoste și se manifestă conform nivelului de evoluție a devotului. Acesta din urmă crede că maestrul este un om și se așteaptă la o relație între două corpuri fizice. Dar Maestrul care este Dumnezeu sau Sinele întrupat lucrează din interior, ajutându-l pe om să-și vadă greșelile și călăuzindu-l pe calea cea dreaptă până când el realizează Sinele în interior[1].

Î: *Care sunt semnele caracteristice unui învățător adevărat [sadguru]?*

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 36-7.

R: Sălășluirea constantă în Sine, capacitatea de a privi totul cu un ochi imparțial, curajul de nezdruncinat în orice clipă, în orice loc și împrejurare[1].

Î: *Există mai mulți maeștri spirituali care propovăduiesc diferite căi. Pe cine trebuie să acceptăm ca Guru?*

R: Alege-l pe cel în preajma căruia vezi că te umpli de pace [*shanti*].[2]

Î: *Nu ar trebui să-i luăm în considerare și învățăturile?*

R: Cel care sfătuiește un căutător înfocat să facă una sau alta nu este un maestru veritabil. Căutătorul este deja agasat de activitățile lui, dorind pace și tihnă. Cu alte cuvinte, el dorește încetarea activităților sale. Dacă un învățător îi spune să mai facă încă ceva în plus pe lângă sau în locul activităților sale, cum poate el să-l ajute pe căutător?

Activitatea înseamnă creație. Activitatea este nimicirea fericirii noastre inerente. Dacă ți se recomandă activitatea, cel care o face nu este un maestru, ci un ucigaș. Se poate spune că în asemenea cazuri cel care a venit deghizat în maestru este fie creatorul [Brahma], fie moartea [Yama]. O astfel de persoană nu-l poate elibera pe căutător, el nu poate decât să-l prindă și mai strâns în cătușe[3].

Î: *Cum pot să-mi găsesc propriul Guru?*

R: Prin meditație intensă[4].

Î: *Dacă este adevărat că Maestrul este propriul nostru Sine, pe ce principiu se bazează învățătura potrivit căreia, oricât de învățat*

---

[1] S. Natananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p. 2.
[2] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 169.
[3] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 554-5.
[4] „Who", *Maha Yoga*, p. 193.

ar fi discipolul sau oricâte puteri supranaturale ar avea, el nu poate dobândi realizarea Sinelui fără harul Maestrului?

R: Chiar dacă din perspectiva adevărului absolut starea unui Guru este aceea a identității unice [Sinele], este foarte dificil pentru sinele care, datorită ignoranței, a ajuns la o identificare cu individul [*jiva*] să-și realizeze adevărata stare sau natură fără harul unui Guru.

Î: *Care sunt caracteristicile harului provenit de la Guru?*

R: El este dincolo de cuvinte sau gânduri.

Î: *Dacă este așa, de ce se spune că discipolul își realizează starea adevărată prin harul maestrului?*

R: E ca elefantul care se trezește imediat după ce a visat un leu. Așa cum elefantul se trezește la simpla vedere a leului, este la fel de sigur că discipolul se trezește din somnul ignoranței în starea de trezie a cunoașterii adevărate prin bunăvoința Maestrului, care i-a acordat harul lui.

Î: *Ce înseamnă vorba care spune că natura unui Guru veritabil este cea a Divinității supreme [*sarvesvara*]?*

R: Mai întâi, sufletul individual care dorește să atingă starea de Îndumnezeire sau starea de cunoaștere veritabilă practică devoțiunea neîncetat. Când devoțiunea individului a atins un anumit grad de maturitate, Domnul, care este martorul acelui suflet individual și este identic cu el, se manifestă, ivindu-se într-o formă umană cu ajutorul celor trei caracteristici ale sale, *sat-cit-ananda*, precum și cu ajutorul formei și al numelui, pe care și le asumă, de asemenea, cu grație. Atunci când pare a-și binecuvânta discipolul, Maestrul îl absoarbe în sine însuși. Potrivit acestei învățături, Guru poate fi numit pe bună dreptate Dumnezeu.

Î: *Atunci cum reușesc unele persoane de mare anvergură să ajungă la cunoaștere fără un Guru?*

R: În fața câtorva persoane mature din punct de vedere spiritual, Dumnezeu strălucește ca lumina lipsită de formă a cunoașterii și le împărtășește adevărul[1].

Î: *Cum trebuie să ne hotărâm ce Guru este potrivit? Care este* swarupa *[natura sau forma veritabilă] a unui Guru?*

R: Maestrul potrivit este cel cu care mintea ta se află în rezonanță. La întrebarea „cum să ne hotărâm cine este Maestrul și care este *swarupa* lui?" răspund că el trebuie să fie înzestrat cu calm, răbdare, capacitate de a ierta și alte virtuți; el trebuie să fie în stare să-i atragă pe ceilalți numai cu privirea, așa cum un magnet atrage fierul; el trebuie să aibă o atitudine egală față de tot. Cel ce are aceste virtuți este Maestrul adevărat, dar, dacă vrei să cunoști *swarupa* Maestrului, trebuie să-ți cunoști propria *swarupa* mai întâi. Cum poate cineva să cunoască adevărata natură a Maestrului dacă nu își cunoaște cu adevărat propria natură mai întâi? Dacă vrei să sesizezi natura sau forma adevărată a Maestrului, trebuie să înveți mai întâi să privești întregul univers ca *Guru rupam* [forma Maestrului]. Trebuie să-l vezi pe Maestru în toate ființele vii. Tot astfel este și cu Dumnezeu. Trebuie să privești toate obiectele ca fiind forma [*rupa*] lui Dumnezeu. Cum poate cel care nu-și cunoaște propriul Sine să perceapă adevărata formă a lui Dumnezeu sau adevărata formă a Maestrului? Cum poate el să le determine? Prin urmare, mai întâi cunoaște-ți propria formă sau natură reală.

Î: *Nu este nevoie de un Guru pentru a cunoaște chiar și atât?*

[1] S. Natanananda, *op. cit.*, pp. 1–3.

R: Aşa este. În lume există mulţi oameni mari. Consideră-l maestrul tău pe cel cu care mintea ta intră în rezonanţă. Cel în care ai încredere este Maestru al tău[1].

Î: *Ce importanţă are harul Maestrului în atingerea eliberării?*

R: Eliberarea nu este undeva în afara ta, ci doar înăuntru. Dacă un om doreşte cu ardoare izbăvirea, Maestrul interior îl va absorbi în el, iar Maestrul exterior îl va împinge spre Sine. Iată harul Maestrului[2].

Î: *Unii oameni au spus că ai afirmat că nu este nevoie de un Guru. Alţii au povestit contrariul. Ce spune Maharshi?*

R: Nu am spus niciodată că nu este nevoie de un Guru.

Î: *Sri Aurobindo şi alţii spun despre tine că nu ai avut niciun Guru.*

R: Depinde de ce înţelegi prin „Guru". El nu trebuie să fie neapărat într-o formă umană. Dattatreya a avut douăzeci şi patru de Maeştri, inclusiv cele cinci elemente – pământ, apă etc. Fiecare obiect din această lume a fost Maestrul lui.

Maestrul este absolut necesar. *Upanişadele* spun că numai un Guru poate să-l scoată pe om din jungla intelectului şi a percepţiilor senzoriale. Aşadar, trebuie să existe un Guru.

Î: *Mă refer la un Guru în formă umană – Maharshi nu a avut un asemenea Guru.*

R: E posibil să fi avut unul sau altul la un moment dat. Nu am cântat eu imnuri muntelui Arunachala?[3] Ce este un

[1] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 161.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 516.
[3] Sri Ramana a scris câteva poeme de laudă muntelui Arunachala. În anumite versuri el spune explicit că muntele i-a fost Guru, Dumnezeu şi Sine.

Guru? El este Dumnezeu sau Sinele. Mai întâi, omul se roagă la Dumnezeu să-i împlinească dorințele. Vine o vreme când el nu se va mai ruga pentru împlinirea unor dorințe materiale, ci pentru Dumnezeu însuși. Atunci Dumnezeu îi apare într-o formă sau alta, umană sau nu, pentru a-l călăuzi spre sine însuși ca răspuns la rugăciunile lui și în funcție de nevoile sale[1].

Î: *Când ești credincios unui Maestru, îi poți respecta pe alții?*

R: Guru este numai unul. El nu este ceva de ordin fizic. Atâta vreme cât există slăbiciune, este nevoie de sprijinul forței.

Î: *J. Krishnamurti spune că nu este nevoie de vreun Guru.*

R: Cum de a aflat-o? Cineva poate să spună așa ceva după realizarea Sinelui, dar nu înainte[2].

Î: *Ne poate Sri Bhagavan ajuta să realizăm adevărul?*

R: Ajutorul este întotdeauna disponibil.

Î: *Atunci nu mai este nevoie să pui întrebări. Nu simt prezența vreunui ajutor care să fie întotdeauna disponibil.*

R: Capitulează și îl vei găsi.

Î: *Sunt mereu la picioarele tale. Ne va da Bhagavan niște învățături [*upadesa*] pentru a le urma? Altfel cum să găsesc ajutor dacă locuiesc la 800 de kilometri depărtare?*

R: *Sadguru* [Maestrul care este una cu ființa] este în interior.

Î: Sadguru *trebuie să mă călăuzească pentru a înțelege.*

R: *Sadguru* este în interior. (= cel needucat, cel fără perceptor!)

[1] S. Cohen, *Guru Ramana*, pp. 67–8.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 46.

Î: *Doresc un Guru vizibil.*

R: Acel Guru vizibil spune că el este în interior[1].

Î: *Reușita nu depinde de harul Maestrului?*

R: Ba da. Practica ta nu se datorează ea însăși unui asemenea har? Roadele sunt rezultatul practicii și îi urmează automat. În *Kaivalya* există o strofă care spune: „O, Guru! Ai fost întotdeauna cu mine, veghindu-mă de-a lungul mai multor reincarnări și predestinându-mi calea până când am fost eliberat". Sinele se manifestă în exterior ca Guru când apare prilejul, altminteri el este mereu în interior, făcând ceea ce este necesar[2].

Î: *Unii discipoli ai lui Shridi Sai Baba venerează o imagine a sa și spun că ea este Maestrul lor. Cum se poate așa ceva? Ei o pot venera ca pe Dumnezeu, dar ce folos au venerând-o ca pe Maestrul lor?*

R: Ei dobândesc concentrarea prin această metodă.

Î: *Sunt de acord că așa stau lucrurile. Într-o anumită măsură ea poate fi un exercițiu de concentrare. Dar nu este nevoie de un Guru pentru acea concentrare?*

R: Desigur, dar, la urma urmelor, cuvântul Guru nu înseamnă altceva decât *guri*, concentrare.

Î: *Cum poate o imagine lipsită de viață să ajute la cultivarea unei concentrări profunde? Pentru așa ceva este nevoie de un Guru în carne și oase care s-o poată demonstra practic. Probabil că pentru Bhagavan este posibil să atingă desăvârșirea fără un Guru în carne și oase, dar este așa ceva cu putință pentru oameni ca mine?*

---

[1] *Ibid.*, p. 404.
[2] *Ibid.*, p. 392.

R: E adevărat. Chiar și așa, venerând un portret lipsit de viață, mintea reușește să se concentreze într-o anumită măsură. Acea concentrare nu va fi constantă decât dacă devotul își cunoaște propriul Sine prin investigare. Pentru acea investigație este necesar ajutorul unui Guru[1].

Î: *Se spune că Maestrul îl poate face pe discipol să realizeze Sinele transmițându-i o parte din propria lui putere. Este adevărat?*

R: Da. Maestrul nu generează realizarea Sinelui. El nu face decât să îndepărteze obstacolele din calea ei. Sinele este întotdeauna realizat.

Î: *Este absolut necesar să ai un Guru dacă ești în căutarea realizării?*

R: Atâta vreme cât cauți realizarea Sinelui, Maestrul este necesar. Sinele este Guru. Consideră Sinele real ca Guru, iar sinele individual ca sinele tău. Spulberarea ignoranței nu este altceva decât dispariția acestei dualități. Atât timp cât dualitatea persistă în tine, Maestrul este necesar. Deoarece te identifici pe tine însuți cu trupul, crezi că Maestrul este și el un trup. Tu ești Sinele și tot asta este și Maestrul. Această cunoaștere se dobândește prin ceea ce tu numești realizarea Sinelui.

Î: *Cum putem ști că un anumit individ este calificat să fie Guru?*

R: După liniștea sufletească pe care o găsești în prezența lui și după respectul pe care îl resimți față de el.

Î: *Dacă se întâmplă ca Guru să se dovedească incompetent, care va fi soarta discipolului ce are încredere absolută în el?*

R: Fiecare în funcție de meritele sale[2].

[1] S. Nagamma, *op. cit.*, p. 75.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 240-1.

Î: *Pot avea parte de harul Maestrului?*

R: Harul este întotdeauna prezent.

Î: *Dar nu îl simt.*

R: Abandonul te va face să înţelegi harul.

Î: *M-am abandonat fără nicio rezervă. Eu ştiu cel mai bine ce este în inima mea. Şi totuşi, nu simt harul.*

R: Dacă te-ai fi abandonat, nu ar fi apărut aceste întrebări.

Î: *M-am abandonat. Dar întrebările apar încă.*

R: Harul este constant. Opinia ta este variabilă. Unde altundeva să se afle eroarea?[1]

Î: *Putem avea mai mulţi maeştri spirituali?*

R: Cine este maestru? În cele din urmă, maestru este Sinele. În funcţie de etapele de dezvoltare a minţii, Sinele se manifestă sub forma unui maestru exterior. Dattatreya, celebrul sfânt din Antichitate, a spus că a avut mai mult de douăzeci şi patru de maeştri. Maestrul este cel de la care omul învaţă ceva. Uneori, Maestrul poate fi neînsufleţit, ca în cazul lui Dattatreya. Dumnezeu, Guru şi Sinele sunt identici.

O persoană spiritualizată crede că Dumnezeu pătrunde tot şi îl alege pe Dumnezeu ca Guru. Mai târziu, Dumnezeu îl aduce în contact cu un Guru personal şi omul îl recunoaşte şi pe acesta în toate. În cele din urmă, prin harul maestrului, acelaşi om este adus în situaţia de a simţi că Sinele lui este realitatea şi nimic altceva. Astfel, el descoperă că Sinele este Maestrul[2].

Î: *În* Srimad Bhagavad Gita *se spune: „Realizează Sinele cu un intelect pur şi, de asemenea, slujind Maestrului şi prin cercetare". Cum pot fi acestea împăcate?*

---

[1] *Ibid.*, p. 281.
[2] *Ibid.*, pp. 20-1.

R: „*Iswaro Guru Ratmeti*" – *Iswara,* Guru și Sinele sunt identici. Atâta vreme cât în tine persistă percepția dualității, vei căuta un Guru, crezând că el este diferit de tine. Oricum, el te învață adevărul, iar tu dobândești cunoașterea interioară[1].

Numai cel care conferă sufletului cea mai înaltă cunoaștere a Sinelui, făcându-l să se întoarcă spre Sine, este Maestrul cel mai înalt, cel lăudat de înțelepți ca formă a lui Dumnezeu, care este Sinele. Ține-te de el. Apropiindu-te de Guru și slujindu-l cu credință, trebuie să înveți cu ajutorul harului său cauza morții și a suferinței. Cunoscând că acestea sunt cauzate de îndepărtarea de Sine, cel mai bine este să fii ferm, perseverând ca Sine.

Deși uneori se poate întâmpla ca oamenii care au ales și urmează neabătut calea mântuirii să devieze de la calea vedică, fie din cauza neglijenței sau a altor motive, să știi că ei nu trebuie să încalce niciodată cuvintele Maestrului. Cuvintele înțelepților sunt garanția că, în caz că cineva face o greșeală în fața lui Dumnezeu, ea poate fi îndreptată de Guru, dar o greșeală comisă față de un Guru nu poate fi îndreptată nici de Dumnezeu.

Pentru cel care, datorită unei iubiri fără pereche, intense și generoase, are încredere deplină în străfulgerarea de har conferită de Guru, nu va mai exista suferință, el trăind în această lume precum Puruhuta [un nume al lui Indra, regele zeilor].

Orice ar încerca, în orice loc și în orice vreme, nimeni nu poate avea pace, lucrul pe care și-l dorește fiecare, decât dacă dobândește liniștea minții prin harul provenit de la *sadguru*. Așadar, căutați întotdeauna harul cu o hotărâre nestrămutată[2].

---

[1] *Ibid.*, p. 242.

[2] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai,* vv. 270, 248, 799, 800, 324, 290.

Î: *Există discipoli ai lui Bhagavan care au avut parte de harul lui și au realizat Sinele fără a întâmpina mari dificultăți. Și eu mi-aș dori să am acel har. Fiind femeie și locuind la mare depărtare, nu mă pot bucura de compania lui Maharshi atât de mult și de des precum mi-aș dori. S-ar putea să nu fiu în stare să mă întorc. Doresc să am harul lui Bhagavan. Fie ca Bhagavan să binevoiască a-mi împlini această rugăminte.*

R: Unde pleci? Nu pleci nicăieri. Chiar presupunând că tu ești corpul, a venit corpul tău de la Lucknow la Tiruvannamalai? Tu ai stat pur și simplu în mașină, iar acel mijloc de transport sau altul s-a mișcat. Iar acum spui că ai venit aici. În realitate, tu nu ești corpul. Sinele nu se mișcă, lumea se mișcă în el. Tu nu ești decât ceea ce ești. Nu există schimbare în tine. Așadar, chiar și după ceea ce pare a fi plecarea de aici, tu ești aici, acolo și pretutindeni. Aceste peisaje sunt cele care se schimbă.

În privința harului, harul este în tine. Dacă ar fi undeva în exterior, n-ar fi de niciun folos. Harul este Sinele. Nu ieși niciodată din raza lui de acțiune. Harul este întotdeauna prezent.

Î: *Ceea ce vreau să spun este că în clipa când mi-aș aminti chipul tău, sufletul meu ar prinde puteri și ar exista un răspuns și de partea ta. Nu s-ar cuveni să fiu lăsată în seama eforturilor mele individuale care, la urma urmei, nu sunt decât foarte modeste.*

R: Harul este Sinele. Așa cum am spus, dacă îți amintești de Bhagavan, Sinele te-a determinat să o faci. Nu este harul deja prezent? Există vreun moment în care harul să nu lucreze în tine? Faptul de a-ți aminti este un precursor al harului.

Acesta este răspunsul, acesta este imboldul, acesta este Sinele și acesta este harul. Nu ai de ce să-ți faci griji[1].

Î: *Pot să mă lipsesc de ajutorul exterior și să ajung la un adevăr mai profund prin propriile eforturi?*

R: Simplul fapt că ești în căutarea Sinelui este o manifestare a harului divin. Ființa lăuntrică, Sinele real strălucește în Inimă. El te atrage din interior. Tu trebuie să încerci să intri din exterior. Încercările tale reprezintă căutarea cea mai sinceră, iar mișcarea lăuntrică este harul. Iată de ce spun că nu există căutare autentică fără har, nici har care lucrează în cel ce nu caută Sinele. Amândouă sunt necesare[2].

Î: *Cât timp este necesar un Guru pentru realizarea Sinelui?*

R: Guru este necesar atât timp cât există ignoranță. Ignoranța se datorează limitării autoimpuse, dar eronate a Sinelui. Când este venerat, Dumnezeu conferă statornicie în devotament, ceea ce duce la abandon. Odată cu abandonul de sine al devotului, Dumnezeu își arată mila manifestându-se ca Guru. Guru, sau mai degrabă Dumnezeu, îl călăuzește pe devot spunându-i că Dumnezeu este în interior și că el (devotul) nu este diferit de Sine. Asta duce la introvertirea minții și, în cele din urmă, la realizare.

Î: *Dacă harul este atât de important, care este rolul efortului individual?*

R: Efortul este necesar până în etapa realizării. Atunci Sinele se va vădi spontan, căci altminteri fericirea nu va fi deplină. Până la acea stare de spontaneitate, trebuie să existe efort într-o formă sau alta[3].

---

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 208.
[2] K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, p. v.
[3] M. Venkataramiah, *op. cit.* p. 80.

Există o stare situată dincolo de eforturile sau lipsa eforturilor noastre. Dar până la realizarea acestei stări, este necesar efort. După ce ai gustat o asemenea fericire, fie și numai o dată, vei încerca mereu să o redobândești. După ce a resimțit o dată binecuvântarea păcii, nimeni nu va dori să iasă din ea sau să se implice în orice altă activitate[1].

Î: *Pentru dobândirea realizării este necesar harul divin sau eforturile cinstite ale individului pot ele însele să ducă la o stare de unde nu mai există întoarcere la viață și moarte?*

R: Harul divin este esențial pentru realizare. El ne conduce spre realizarea lui Dumnezeu. Dar un asemenea har este acordat doar celui care este un devot sau yoghin autentic. El este oferit doar celor care s-au străduit din greu și neîncetat pe calea spre libertate.[2]

Î: *Distanța are vreo influență asupra harului?*

R: Timpul și spațiul sunt înăuntrul nostru. Tu ești mereu în Sinele tău. Cum ar putea să-l influențeze timpul și spațiul?

Î: *Cei care sunt mai aproape aud mai repede ce se transmite la radio. Tu ești indian, iar noi suntem americani. Are asta vreo importanță?*

R: Nu.

Î: *Chiar și gândurile pot fi citite de alții.*

R: Asta dovedește că toți suntem una.[3]

Î: *Îi este milă lui Bhagavan de noi și ne va arăta harul?*

R: Ești în apă până la gât, și totuși țipi după apă. Este ca și cum ai spune că unui om cufundat în apă până la gât îi este

[1] *Ibid.*, p. 124.
[2] *Ibid.*, p. 33.
[3] *Ibid.*, p. 114.

sete, sau că peştelui aflat în apă îi este sete, sau că apei îi este sete[1].

Harul este întotdeauna prezent. „Nici despătimirea, nici realizarea adevărului, nici sălăşluirea în Sine nu pot fi dobândite fără harul Maestrului."

Dar practica este şi ea necesară. Rămânerea în Sine prin propriile eforturi este ca încercarea de a face un taur nărăvaș să stea în grajd ispitindu-l cu iarbă suculentă şi împiedicându-l să umble fără rost[2].

Î: *Am auzit recent un cântec tamil în care compozitorul se plânge că nu este tenace precum tânăra maimuță care se poate ține strâns de blana mamei sale, fiind mai degrabă plângăcios ca puiul de pisică, pui pe care mama lui trebuie să-l poarte apucându-l cu dinții de ceafă. În consecință, compozitorul îl roagă pe Dumnezeu să aibă grijă de el. Sunt exact în situația lui. Trebuie să ai milă de mine, Bhagavan. Apucă-mă de gât şi ai grijă ca nu cumva să cad şi să mă rănesc.*

R: Aşa ceva este imposibil. Sunt necesare atât efortul tău, cât şi ajutorul venit de la Guru[3].

Î: *Cât timp durează până când cineva dobândeşte harul Maestrului?*

R: De ce doreşti să ştii?

Î: *Pentru a-mi da speranță.*

R: Până şi o asemenea dorință este un obstacol. Sinele este mereu prezent, nu există nimic în afara lui. Fii Sinele, iar dorințele şi îndoielile vor dispărea[4].

---

[1] *Ibid.*, p. 181.
[2] *Ibid.*, p. 183
[3] D. Mudaliar, *My Reminiscences*, p. 106.
[4] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 5.

Harul este începutul, mijlocul şi sfârşitul. Harul este Sinele. Din cauza falsei identificări a Sinelui cu trupul, se consideră că Maestrul este un trup. Dar din punctul de vedere al Maestrului, Guru este numai Sinele. Sinele este singur şi unic, iar Guru îţi spune că numai Sinele este. Atunci nu este Sinele Maestrul tău? De unde altundeva o să vină harul? Doar de la Sine. Manifestarea Sinelui este manifestarea harului şi viceversa. Toate aceste dubii apar din cauza perspectivei greşite şi a aşteptărilor legate de lucrurile exterioare nouă. Nimic nu este exterior Sinelui[1].

[1] *Ibid.*, p. 136.

CAPITOLUL 9

Tăcerea și sat-sanga

Deși Sri Ramana era bucuros să-și împărtășească învățăturile pe cale verbală oricui le cerea, el preciza adesea că învățăturile lui „tăcute" erau mai directe și mai puternice. Aceste „învățături tăcute" aveau o forță spirituală ce părea să emane din forma lui, o forță atât de puternică, încât el o considera aspectul cel mai nemijlocit și mai important al învățăturilor sale. În loc să dea instrucțiuni verbale despre cum se poate controla mintea, el emana fără efort o putere tăcută care liniștea automat mințile tuturor celor aflați în apropierea lui. Oamenii care erau în rezonanță cu această forță relatează că au resimțit-o ca pe o stare de pace și bună stare lăuntrică; în cazul câtorva devoți mai evoluați ea a indus chiar o experiență directă a Sinelui.

Această metodă de predare are o tradiție lungă în India, exponentul ei cel mai faimos fiind Dakshinamurti, o manifestare a lui Shiva care i-a făcut pe patru înțelepți să resimtă experiența Sinelui prin puterea tăcerii sale. Sri Ramana vorbea adesea cu multă admirație despre Dakshinamurti, numele lui apărând în multe dintre conversațiile din acest capitol.

Fluxul de putere ce provine de la Guru poate fi primit de oricine are atenția concentrată asupra Sinelui sau asupra formei Maestrului; distanța nu îi diminuează cu nimic eficaci-

tatea. Deseori, această atenție este numită *sat-sanga*, ceea ce înseamnă literalmente „însoțire cu ființa". Sri Ramana încuraja din toată inima această practică, spunând adesea că este modul cel mai eficient de a induce o experiență nemijlocită a Sinelui. În mod tradițional, ea presupune a te afla în prezența fizică a cuiva care a realizat Sinele. Dar Sri Ramana îi dădea o definiție mult mai largă. El spunea că elementul cel mai important într-o *sat-sanga* este conexiunea mintală cu Guru; *sat-sanga* are loc nu doar în prezența lui, ci ori de câte ori și oriunde ne gândim la el.

Următorul citat ne sugerează puterea unei *sat-sanga*. El cuprinde cinci versuri răzlețe în sanscrită, versuri peste care Sri Ramana a dat în diferite momente din viață. Conținutul lor l-a impresionat într-atât încât le-a tradus în limba tamilă și le-a introdus în *Ulladu Narpadu Anubandham*, una dintre operele sale scrise, care vorbește despre natura realității.

1 Prin *sat-sanga*, însoțirea cu obiectele lumii va fi eliminată. Când această asociere lumească este eliminată, atașamentul sau tendințele minții vor fi nimicite. Cei care sunt lipsiți de atașament mintal vor pieri în cel ce este nemișcat. Ei dobândesc astfel *jivan mukti* [eliberarea]. Prețuiți însoțirea cu ei.

2 Starea supremă care este lăudată și care se atinge aici, în această viață, prin *vichara* totală, ce apare în Inimă când se realizează însoțirea cu un *sadhu* [o persoană nobilă sau cineva care a realizat Sinele], nu poate fi atinsă ascultându-i pe predicatori, studiind și învățând tâlcul scripturilor, prin fapte de virtute sau prin alte mijloace.

3 Dacă se realizează însoțirea cu cei care au realizat Sinele [*sadhu*], ce rost mai are respectarea tuturor datinilor religioase [*niyama*]? Când adie încântătoarea briză dinspre sud, ce rost are să mai ții în mână un evantai?

4 Căldura va fi eliminată de luna cea rece, sărăcia de copacul ceresc care îndeplinește dorințele, iar păcatul de Gange. Dar să știi că toate acestea, începând cu căldura, vor fi eliminate prin simplul fapt de a avea parte de vederea [*darshan*] acestor *sadhu* fără de pereche.

5 Locurile de îmbăiere sacre, ce sunt alcătuite din apă, imaginile zeităților, ce sunt făcute din piatră și pământ, nu pot fi comparate cu acele suflete mari [*mahatma*]. Ah, ce minune! Locurile de îmbăiere și zeitățile ne purifică mintea după zile fără număr, în vreme ce o asemenea puritate le este acordată oamenilor imediat ce *sadhu* îi văd în ochii lor[1].

Î: *De ce nu se duce Bhagavan să propovăduiască adevărul în lumea largă?*

R: De unde știi că nu o fac? A propovădui înseamnă, oare, a te urca pe o platformă și a le ține oamenilor predici moralizatoare? Propovăduirea este, pur și simplu, comunicarea cunoașterii; de fapt, ea nu poate fi înfăptuită decât în tăcere. Ce părere ai despre cineva care ascultă o predică timp de un ceas și pleacă fără a fi fost impresionat de ea în suficientă măsură pentru a-și schimba viața? Compară acea persoană cu altcineva care stă în prezența unui sfânt și, după o vreme, plea-

[1] S. Om (tr.), „The Original Writings of Sri Ramana", *Ulladu Narpadu Anubandham*, vv. 1-5.

că având o cu totul altă perspectivă asupra vieţii. Ce este mai bine: să predici zgomotos fără niciun efect sau să stai în tăcere emanând forţă interioară?

Cum apare vorbirea? Mai întâi există cunoașterea abstractă. Din ea apare eul, care la rândul lui dă naștere gândirii, iar gândirea – cuvântului rostit. Prin urmare, cuvântul este nepotul sursei originare. În cazul în care cuvântul poate avea un efect, îţi dai seama şi singur că propovăduirea tăcută trebuie să aibă un efect mult mai puternic[1].

Î: *Dar cum de poate fi tăcerea atât de puternică?*

R: Cineva care a realizat Sinele emite valuri de influenţă spirituală care atrag mulţi oameni spre el. Cu toate acestea, el poate să stea într-o grotă și să păstreze o tăcere desăvârșită. Putem asculta conferinţe despre adevăr, plecând de acolo fără a fi deloc mai în temă cu subiectul. Dar când vii în contact cu un om realizat, el te va face să realizezi adevărul într-o mult mai mare măsură. El nu are niciodată nevoie să iasă în public. Dacă este necesar, îi poate folosi pe ceilalţi ca instrumente[2].

Guru este cel care conferă tăcerea ce revelează lumina cunoașterii Sinelui, cunoaștere care strălucește ca realitate subiacentă. Oricum, cuvintele nu sunt de niciun folos dacă ochii maestrului întâlnesc ochii discipolului[3].

Î: *Oferă oare Bhagavan o iniţiere [*diksha*]?*

R: Tăcerea [*mauna*] este cea mai bună și mai puternică *diksha*. Ea a fost practicată de Sri Dakshinamurti. Iniţierile prin

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 16.
[2] P. Brunton, *Conscious Immortality*, pp. 141-2.
[3] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 286.

atingere, privire etc. nu sunt decât iniţieri de un ordin inferior. Iniţierea tăcută schimbă inimile tuturor[1].

Dakshinamurti păstra tăcerea când discipolii se apropiau de el. Aceasta este cea mai înaltă formă de iniţiere, ce include celelalte forme. În cadrul celorlalte *diksha* trebuie să se stabilească o relaţie subiect-obiect. Mai întâi trebuie să se ivească subiectul şi apoi obiectul. Cum ar putea cineva să privească ori să atingă pe altcineva dacă acestea două nu sunt prezente? *Mauna diksha* este iniţierea desăvârşită; ea include privirea, atingerea şi predarea. Ea îl va purifica pe individ în toate privinţele şi îl va statornici în realitate[2].

Î: *Swami Vivekananda spune că un Maestru spiritual îi poate transmite discipolului spiritualitatea într-o formă concretă.*

R: Există vreo substanţă care să fie transmisă? Transferul înseamnă abolirea impresiei că eşti discipol. Maestrul face asta. Nu că omul ar fi fost ceva la un moment dat şi s-a metamorfozat ulterior în altceva.

Î: *Nu este harul un dar al Maestrului?*

R: Dumnezeu, har şi Guru sunt sinonime, veşnice şi imanente. Nu este Sinele deja înlăuntrul tău? Îi revine cumva Maestrului să ţi-l acorde privindu-te? Dacă un Guru crede asta, el nu-şi merită numele.

Cărţile spun că există multe feluri de iniţiere, *diksha*: prin intermediul mâinii, al atingerii, al ochiului etc. Ele spun şi că Guru săvârşeşte anumite rituri cu foc, apă, *japa* sau *mantre*, numind aceste spectacole bizare *diksha*, de parcă discipolul ar

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Ramana Maharshi*, p. 402.
[2] *Ibid.*, p. 501.

deveni copt numai după ce asemenea proceduri sunt săvârşite de către Guru.

Dacă vom căuta individul, nu-l vom găsi nicăieri. Aşa şi cu Guru. Aşa şi cu Dakshinamurti. Ce a făcut el? A rămas tăcut când discipolii au apărut în fața lui. El a rămas tăcut şi dubiile discipolilor s-au risipit, ceea ce înseamnă că ei și-au pierdut identitățile individuale. Iată ce este *jnana* – nu vorbăria care este îndeobşte asociată cu ea.

Tăcerea este cea mai puternică formă de lucru. Oricât de cuprinzătoare şi de empatice ar fi *sastrele*, ele nu au efectul scontat. Guru este tăcut şi pacea domneşte peste tot. Tăcerea lui este mai cuprinzătoare şi mai empatică decât toate acele *sastre* laolaltă. Aceste întrebări apar din cauza senzației că, după ce ai fost aici de atâta vreme, ai auzit atâtea şi te-ai nevoit atât, nu ai dobândit nimic. Lucrarea ce se săvârşeşte în interior nu este vizibilă. De fapt, Guru este întotdeauna înăuntrul tău[1].

Î: *Poate cu adevărat tăcerea Maestrului să inducă stări de elevare spirituală?*

R: Iată o poveste din vechime care demonstrează puterea tăcerii Maestrului. Tattvaraya a compus un *bharani*, un fel de poem în limba tamilă în onoarea Maestrului său Swarupananda, convocând o adunare de înțelepți eruditi pentru a-i auzi opera şi a-i estima valoarea. Eruditii au obiectat, spunând că un *bharani* nu se compune decât în onoarea unor mari eroi în stare să ucidă o mie de elefanți pe câmpul de luptă şi că un asemenea poem nu se compune în onoarea unui ascet. Auzind acestea, autorul a spus: „Să mergem cu toții la Maestrul meu şi să lămurim această

[1] *Ibid.*, pp. 369-70.

problemă acolo". Au mers la Guru şi, după ce s-au aşezat cu toţii, autorul poemului i-a împărtăşit Maestrului scopul vizitei lor. Guru a păstrat tăcerea, toţi ceilalţi rămânând şi ei în *mauna*. Aşa a trecut întreaga zi, apoi a venit noaptea, apoi mai multe zile şi nopţi, dar, cu toate acestea, oamenii şedeau în tăcere, fără ca niciun gând să le treacă prin minte, fără ca vreunul să se întrebe de ce au venit acolo. După trei sau patru zile petrecute astfel, Maestrul a început să-şi pună mintea în mişcare, iar adunarea şi-a reluat imediat activitatea mintală. Ulterior, aceştia au spus că înfrângerea a o mie de elefanţi nu este nimic pe lângă puterea acestui Guru de a înfrânge elefanţii în călduri ai tuturor eurilor noastre puse laolaltă. Aşa că el merită de bună seamă un *bharani* în onoarea lui![1]

Î: *Cum acţionează această putere tăcută?*

R: Limbajul nu este decât un mijloc prin care ne comunicăm gândurile unul altuia. El intră în joc numai după ce apar gândurile. După ce se iveşte ideea de „eu" apar şi alte gânduri, aşa că ideea de „eu" este rădăcina oricărei conversaţii. Când rămânem fără să gândim, îl înţelegem pe celălalt cu ajutorul limbajului universal al tăcerii.

Tăcerea vorbeşte mereu. Ea este fluxul peren al unui limbaj care este întrerupt de vorbire. Cuvintele pe care le rostesc chiar acum blochează acest limbaj mut. Să luăm exemplul electricităţii care circulă printr-un fir. Când trecerea sa întâmpină rezistenţă, ea aprinde lampa şi învârte ventilatorul. Dar înăuntrul firului, ea rămâne ca energie electrică. Tot astfel, tăcerea este fluxul etern al limbajului blocat de cuvinte.

[1] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 34-5.

Ceea ce nu reuşim să cunoaştem cu ajutorul unor discuţii care durează câţiva ani poate fi cunoscut instantaneu în tăcere sau când te afli în prezenţa tăcerii: Dakshinamurti şi cei patru discipoli ai lui sunt un exemplu excelent în acest sens. Acesta este limbajul cel mai elevat şi mai eficient.[1]

Î: *Bhagavan spune: „Influenţa unui* jnani *se furișează în devot în tăcere". Bhagavan spune, de asemenea: „Contactul cu oamenii de mare anvergură spirituală [*mahatma*] este un mijloc eficace de a realiza ființa noastră reală".*

R: Da. Care este contradicţia? *Jnani,* oameni de mare anvergură spirituală, *mahatma* – faci vreo deosebire între aceste două categorii?

Î: *Nu.*

R: Contactul cu ei este benefic. Ei vor acţiona prin intermediul tăcerii. Vorbind, puterea lor se diminuează. Tăcerea este cea mai puternică. Vorbirea nu are niciodată puterea tăcerii, prin urmare, contactul mintal este calea cea mai bună.

Î: *Acest lucru îşi păstrează valabilitatea chiar şi după descompunerea corpului fizic al unui* jnani *sau este adevărat doar atâta vreme cât el se află în carne şi oase?*

R: Guru nu este forma fizică. Prin urmare, contactul va rămâne chiar după ce forma fizică a Maestrului dispare. După ce îţi moare Maestrul, te poţi duce la un altul, dar toţi Maeştrii sunt una şi niciunul dintre ei nu este forma pe care o vezi. Contactul mintal este întotdeauna calea cea mai bună[2].

Î: *Lucrarea harului constă într-o acţiune a minţii Maestrului asupra minţii discipolului sau este un altfel de proces?*

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 200-1.
[2] D. Mudaliar, *op. cit.*, pp. 145-6.

R: Cea mai înaltă formă a harului este tăcerea. Ea este, de asemenea, cea mai înaltă învăţătură [*upadesa*].

Î: *Vivekananda a spus şi că tăcerea este cea mai zgomotoasă formă a rugăciunii.*

R: Aşa este tăcerea căutătorului. Tăcerea Maestrului este cea mai zgomotoasă *upadesa*. Ea este, de asemenea, cea mai înaltă formă a harului. Toate celelalte iniţieri [*diksha*] provin din *mauna*, fiind, deci, de un ordin secund. *Mauna* este forma primară. Dacă Guru este tăcut, mintea căutătorului se purifică de la sine[1].

Î: *Tăcerea lui Sri Bhagavan este în sine o mare forţă. Ea ne induce o anumită pace sufletească.*

R: Tăcerea este vorbire fără de sfârşit. Discursul rostit blochează celălalt discurs, discursul tăcerii. În linişte deplină, te afli într-un contact intim cu mediul înconjurător. Tăcerea lui Dakshinamurti a spulberat dubiile celor patru înţelepţi. *Mauna vyakhya praktita tattvam* înseamnă a prezenta adevărul prin intermediul tăcerii. Se spune despre tăcere că este expunerea însăşi. Atât de puternică este tăcerea.

Pentru discursul rostit sunt necesare organe ale vorbirii, iar ele preced vorbirea. Dar celălalt limbaj se află dincolo de gândire. Ca să nu mai lungim vorba, el este un limbaj transcendent sau cuvinte nerostite [*para vak*][2].

Î: *Această tăcere poate fi folositoare tuturor?*

R: Tăcerea este adevărata *upadesa*. Ea este *upadesa* desăvârşită, adecvată doar celor mai evoluaţi căutători. Ceilalţi nu se pot lăsa inspiraţi pe deplin de ea. Prin urmare, au nevoie de cuvinte pentru a explica adevărul. Însă adevărul este dincolo

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 500-1.
[2] *Ibid.*, pp. 74-5.

de cuvinte. El nu îngăduie explicații. Tot ceea ce putem face este să-l sugerăm implicit[1].

Î: *Se spune că este suficient ca un* mahatma *să te privească o singură dată, că reprezentările zeilor, pelerinajele etc. nu sunt atât de eficiente. Mă aflu aici de trei luni, dar nu știu cum anume mi-a fost de folos privirea lui Maharshi.*

R: Privirea are un efect purificator. Purificarea nu poate fi vizualizată. Huila se aprinde foarte lent, lignitul mai rapid, iar praful de pușcă instantaneu. Tot astfel se întâmplă și cu oamenii aflați la diferite grade de maturizare interioară care vin în contact cu acei *mahatma*[2]. Focul înțelepciunii mistuie toate acțiunile. Înțelepciunea se dobândește prin asocierea cu înțelepții [*sat-sanga*] sau, mai degrabă, cu ambianța ei psihomentală[3].

Î: *Tăcerea Maestrului poate să genereze realizarea dacă discipolul nu face efort?*

R: În apropierea unui mare maestru, tendințele mintale [*vasana*] își încetează activitatea, mintea devine calmă și apare starea de *samadhi*. Astfel, în prezența Maestrului, discipolul dobândește cunoașterea autentică și experiența adecvată. Pentru a stărui cu fermitate în ea sunt necesare alte eforturi. În cele din urmă, discipolul va recunoaște că ea este adevărata lui ființă și va fi astfel eliberat încă din timpul vieții[4].

Î: *Dacă ne referim la o căutare ce trebuie să se desfășoare în interior, este nevoie să ne aflăm fizic în apropierea Maestrului?*

[1] *Ibid.*, p. 528.
[2] *Ibid.*, p. 135.
[3] *Ibid.*, p. 177.
[4] *Ibid.*, p. 123.

R: Este necesară o asemenea proximitate până când nu mai avem niciun dubiu[1].

Î: *Nu sunt în stare să mă concentrez prin forțe proprii. Sunt în căutarea unei puteri care să mă ajute.*

R: Da, ceea ce cauţi se numeşte har. Ca indivizi, suntem neputincioşi deoarece mintea este slabă. Este nevoie de har. Slujirea unui *sadhu* [*sadhu seva*] îl va face să apară. Oricum, prin asta nu se obține nimic nou. Numai un om slab ajunge sub controlul unuia mai puternic, mintea lipsită de putere a cuiva ajunge să fie controlată cu uşurinţă în prezenţa unor *sadhu* cu o fermitate de nezdruncinat. Doar harul există; nu există nimic altceva[2].

Î: *Este necesar să-i slujim Maestrului într-o manieră concretă?*

R: Scripturile [*sastra*] spun că este necesar să slujeşti un Guru timp de 12 ani pentru a ajunge la realizarea Sinelui. Ce face un Guru? O înmânează el discipolului? Nu este Sinele deja realizat? Omul este dintotdeauna Sinele, dar nu o ştie. În schimb, el confundă Sinele cu non-Sinele, cu trupul etc. Această confuzie este datorată ignoranţei. Dacă ignoranţa este eliminată, confuzia va înceta să existe şi se va dezvălui adevărata cunoaştere. Rămânând în contact cu înțelepţi care au realizat Sinele, omul pierde treptat din ignoranţă, până când ea este îndepărtată complet. Astfel este revelat Sinele etern[3].

Î: *Spui că discipolul trebuie să fie în compania înţelepţilor* [sat-sanga] *şi să le slujească.*

---

[1] *Ibid.*, p. 572.
[2] *Ibid.*, p. 247.
[3] *Ibid.*, p. 318.

R: Da. Cea dintâi înseamnă de fapt asocierea cu *sat* nemanifestată sau cu existența absolută, dar cum foarte puțini pot face asta, trebuie să se mulțumească a fi în compania ființei [*sat*] manifestate, adică a Maestrului. Trebuie să ne aflăm în compania înțelepților deoarece gândurile sunt extrem de stăruitoare. Înțeleptul a învins deja mintea și stăruie într-o stare de pace. Apropierea de el este utilă deoarece ea facilitează ivirea acestei stări în alți oameni, altfel nu are rost să-i cauți tovărășia. Guru oferă forța necesară în acest scop, o forță nevăzută de alții. Rostul slujirii este în primul rând acela de a te ajuta să stărui în Sine, dar ea include și asigurarea de condiții confortabile pentru corpul Maestrului și îngrijirea locuinței sale. Este necesar și contactul cu Guru, dar asta înseamnă un contact pe plan spiritual. Dacă discipolul îl descoperă pe Maestru în interior, atunci nu contează unde merge. Este indiferent dacă stă aici sau altundeva, efectul este același[1].

Î: *Specificul profesiunii mele mă obligă să stau lângă locul unde lucrez. Nu pot rămâne în preajma înțelepților* [sadhu]. *Pot avea parte de realizare și fără* sat-sanga?

R: *Sat* este *aham pratyaya saram*, Sinele sinelor. Înțeleptul [*sadhu*] este acel Sine al sinelor. El este imanent în noi toți. Poate cineva să rămână fără Sine? Nu. Așadar, nimeni nu e departe de *sat-sanga*[2].

Î: *Este apropierea de Guru folositoare?*

R: Te referi la apropierea fizică? La ce să folosească ea? Doar mintea contează. Cu mintea trebuie să se stabilească legătura[3]. *Sat-sanga* va face mintea să coboare în Inimă.

[1] P. Brunton, *op. cit.*, p. 147.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 461.
[3] *Ibid.*, p. 140.

O asemenea însoţire este atât de ordin mintal, cât şi fizic. Forma foarte vizibilă a Maestrului îmboldeşte mintea spre interior. El se află, de asemenea, în Inima căutătorului, atrăgând mintea introvertită a acestuia din urmă în Inimă.[1]

Î: *Tot ce vreau să ştiu este dacă* sat-sanga *este necesară şi dacă venirea mea aici mă va ajuta sau nu.*

R: Mai întâi trebuie să hotărăşti ce este *sat-sanga.* Expresia înseamnă asociere cu *sat* sau realitatea. Cineva care cunoaşte sau a realizat *sat* este, de asemenea, privit ca *sat.* O astfel de însoţire cu *sat* sau cu cineva care cunoaşte *sat* este absolut necesară pentru toţi. Sankara a spus că în toate cele trei lumi nu există luntre precum *sat-sanga* pentru a traversa în siguranţă oceanul naşterilor şi al morţilor[2].

Sat-sanga înseamnă *sanga* [asociere] cu *sat. Sat* nu este altceva decât Sinele. Deoarece în momentul de faţă Sinele nu este înţeles ca fiind *sat,* se caută compania unui înţelept care a înţeles asta. Iată ce este *sat-sanga.* De aici decurge introvertirea minţii. Apoi iese la lumină *sat.*[3]

[1] *Ibid.*, p. 186.
[2] D. Mudaliar, *op. cit.*, pp. 236-7.
[3] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 242.

PARTEA A PATRA

Meditația și yoga

Cea mai bună meditație este cea care continuă în toate cele trei stări. Ea trebuie să fie atât de intensă încât să nu facă loc nici măcar gândului „Eu meditez”.[1]

Adevărata putere a yogăi [*yoga shakti*] stă în diminuarea plăcerii de a vedea prin simțurile amăgitoare, punând astfel capăt cunoașterii obiective specifice minții și neastâmpărului eului, pentru a cunoaște lumina fără de lumină și sunetul fără de sunet al Inimii.[2]

[1] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 78.
[2] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 691.

CAPITOLUL 10

Meditația și concentrarea

Insistența asupra faptului că o condiție prealabilă a realizării Sinelui este conștientizarea ideii de „eu" l-a făcut pe Sri Ramana să ajungă la concluzia că toate practicile spirituale care nu includ această componentă sunt indirecte și ineficiente:

Această cale [atenția îndreptată spre „eu"] este calea directă; toate celelalte sunt căi indirecte. Prima duce spre Sine, celelalte duc altundeva. Și chiar dacă acestea din urmă ajung la Sine, este numai deoarece, în final, duc toate spre prima cale care le duce, în ultimă instanță, la țintă. Deci, în final, căutătorii trebuie să urmeze prima cale. De ce să n-o facă acum? De ce să piardă timpul?[1]

Mai precis, alte tehnici pot să ne aducă uneori într-o stare interioară de liniște în care atenția de sine sau conștientizarea de sine are loc accidental, dar ele reprezintă o cale foarte întortocheată de a ajunge la Sine. Sri Ramana afirma că celelalte tehnici nu pot decât să ne ducă în locul de unde începe investigarea de sine. Așadar, el nu le-a recomandat niciodată decât în cazul când respectivii căutători nu erau în stare sau

[1] P. Brunton, *Conscious Immortality*, p. 176.

nu doreau să urmeze calea investigării de sine. Această situație este reflectată într-o conversație din volumul *Sri Ramana Gita* (una dintre primele compilații ce conțin dialoguri cu el) în care Sri Ramana a explicat în detaliu de ce investigarea de sine este singura modalitate de a realiza Sinele. După ce a ascultat cu atenție explicația dată de Sri Ramana, căutătorul nu s-a lăsat convins că investigarea de sine este singura cale spre Sine, întrebând dacă mai existau și alte metode prin care se putea realiza Sinele. Sri Ramana a răspuns:

Ținta este aceeași pentru cel care meditează [asupra unui obiect] și cel care practică investigarea de sine. Unul dobândește liniștea prin meditație, celălalt prin cunoaștere. Unul se străduiește să obțină ceva, celălalt îl caută pe cel care se străduiește să obțină. Prima metodă necesită mult timp, dar, în cele din urmă, ajunge la Sine.[1]

Nedorind să zdruncine convingerile unui om a cărui predilecție pentru meditația subiect-obiect era bine-cunoscută și care declarase fără echivoc că nu dorește să adopte investigarea de sine, Sri Ramana l-a încurajat să urmeze metoda aleasă de el însuși, spunându-i că îi va permite să ajungă la Sine. Din punctul de vedere al lui Sri Ramana, adoptarea oricărei metode este de preferat neadoptării vreuneia, deoarece există întotdeauna posibilitatea ca ea să ducă la investigarea de sine.

Sri Ramana a dat răspunsuri similare altor oameni, din aceleași motive. Aceste răspunsuri, unde se precizează ce alte metode în afară de investigarea de sine sau de abandon pot

[1] G. Muni, *Sri Ramana Gita*, cap. 7, vv. 26, 22.

avea ca rezultat realizarea Sinelui, nu trebuie imediat acceptate ca valabile, ele nefiind date decât acelora care nu erau atrași de investigarea de sine și care doreau să-și urmeze propriile metode. Când Ramana le vorbea altor discipoli care nu erau atașați de ceea ce el numea „metode indirecte", de regulă, el repeta, în cele din urmă, că atenția de sine este indispensabilă.

Deși Sri Ramana își apăra cu hotărâre opiniile privitoare la investigarea de sine, el nu a insistat niciodată ca toată lumea să-și schimbe convingerile sau practicile și, dacă nu-și putea convinge discipolii să adopte investigarea de sine, era bucuros să le recomande alte metode. În conversațiile din acest capitol el răspunde întrebărilor venite din partea unor discipoli care doresc sfaturi în legătură cu formele convenționale de meditație (*dhyana*). Când oferea aceste sfaturi, el definea de obicei meditația ca o concentrare asupra unui singur gând ce le excludea pe toate celelalte, dar uneori dădea o definiție mai elevată, spunând că adevărata meditație constă în menținerea constantă a minții în Sine. De fapt, această ultimă practică nu era decât investigarea de sine prezentată sub un alt nume, căci, după cum a explicat într-una dintre primele sale lucrări scrise, „investigarea de sine nu este nimic altceva decât menținerea constantă a minții în Sine, pe când, în meditație, individul se identifică în gând cu *Brahman*"[1].

Î: *Care este diferența dintre meditație [*dhyana*] și investigare [*vichara*]?*

R: Amândouă duc spre același rezultat. Cei care nu sunt apți pentru investigare trebuie să practice meditația. În me-

[1] S. Om, *The Path of Sri Ramana*, p. 163.

ditație, căutătorul se uită pe sine și meditează „Eu sunt *Brahman*" sau „Eu sunt Shiva", iar prin această metodă se ancorează în *Brahman* sau Shiva. În cele din urmă, cel ce meditează va rămâne cu percepția lui *Brahman* sau Shiva ca ființă. Atunci el va realiza că această percepție este ființa pură, cu alte cuvinte, Sinele.

Cel care adoptă calea investigației începe prin a se ancora în sine și a se întreba „Cine sunt eu?" până când conștientizarea Sinelui îi va deveni cât se poate de clară[1].

Meditația constă în a-ți imagina mintal că ești realitatea supremă, care strălucește ca existență-conștiință-beatitudine. Investigația constă în fixarea minții în Sine, pentru ca sămânța ireală a iluziei să piară.

Oricine meditează asupra Sinelui având ca suport vreo *bhava* [imagine mintală] va realiza Sinele numai sub forma acelei imagini. Cei plini de pace, cei care rămân calmi fără nicio asemenea *bhava* ajung la *kaivalya*, nobila și necondiționata stare a Sinelui lipsit de formă[2].

Î: *Meditația este mai directă decât investigarea, deoarece ea rămâne fixată asupra adevărului, în vreme ce investigarea cerne adevărul din neadevăr.*

R: Pentru un începător, meditația asupra unei forme este mai ușoară și mai agreabilă. Practicarea ei duce la investigare de sine, procesul de cernere a realității din irealitate.

Ce rost are să te ancorezi în adevăr când ești plin de factori adverși?

---

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 144-5.

[2] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 738-9.

Investigarea de sine duce direct la realizare, îndepărtând obstacolele care te fac să crezi că Sinele nu este deja realizat[1].

Meditaţia diferă în funcţie de gradul de maturitate spirituală al aspirantului. Dacă individul este apt pentru aşa ceva, el se va fixa direct pe gânditor, iar gânditorul se va contopi automat în sursa lui, în conştiinţa pură.

Dacă persoana nu poate să se fixeze direct pe gânditor, trebuie să mediteze asupra lui Dumnezeu, iar în timp el se va purifica suficient pentru a se fixa pe gânditor şi a se contopi în fiinţa absolută[2].

Meditaţia este posibilă numai dacă eul este ţinut în funcţiune. Există eul şi obiectul asupra căruia se meditează. Prin urmare, avem de-a face cu o metodă indirectă, deoarece Sinele nu este decât unul. Când căutăm eul, mai exact sursa lui, eul dispare. Ceea ce rămâne la urmă este Sinele. Iată metoda directă[3].

Î: *Noi nu ne dăm seama că este aşa.*

R: Ce nu-ţi dai seama şi cine nu-şi dă seama? Dacă nu-ţi dai seama de sine, asta să însemne că nu există un singur sine, ci două?

Î: *Nu există două. Senzaţia de limitare nu poate fi negată. Din cauza limitărilor...*

R: Limitarea există numai în minte. O simţi cumva în timpul somnului profund? Tu exişti în timpul somnului şi nu îţi negi existenţa atunci. Acelaşi Sine este aici şi acum în starea de veghe. Acum spui că există limitări. Ce s-a întâmplat acum este faptul că există aceste diferenţe între cele două stări. Di-

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 261.
[2] *Ibid.*, p. 429.
[3] *Ibid.*, p. 145.

ferențele sunt datorate minții. În timpul somnului nu exista minte, pe când acum ea este activă. Sinele există și în absența minții.

Î: *Deși o înțeleg, nu o realizez.*

R: Realizarea va veni treptat, prin meditație.

Î: *Meditația presupune concursul minții. Cum poate ea să ucidă mintea pentru a revela Sinele?*

R: Meditația înseamnă să persiști într-un singur gând. Acel gând unic ține la distanță alte gânduri. Distragerea minții este un semn de slăbiciune. Prin practicarea constantă a meditației ea dobândește putere, altfel spus, slăbiciunea gândurilor fugitive lasă locul fundalului persistent și lipsit de orice gând. Această întindere lipsită de orice gând este Sinele. Mintea percepută în toată puritatea ei este Sinele.[1]

Î: *Ce este* dhyana *[meditația]?*

R: Este sălășluirea în propriul Sine fără a ne abate în niciun fel de la natura noastră reală și fără senzația că medităm.

Î: *Care este diferența dintre* dhyana *și* samadhi*?*

R: La *dhyana* se ajunge prin efort mintal deliberat. În *samadhi* nu există un asemenea efort.

Î: *Care sunt factorii ce trebuie avuți în vedere în meditație?*

R: Cel care s-a ancorat în propriul Sine [*atmanishtha*] să aibă grijă să nu se abată câtuși de puțin din această absorbție. Abătându-se de la natura lui reală, el poate vedea apărându-i străfulgerări luminoase, poate auzi sunete neobișnuite sau poate considera drept reale viziunile zeilor ce apar înăuntrul sau în afara lui. El nu trebuie să fie amăgit de toate acestea și nu trebuie să uite de sine[2].

---

[1] *Ibid.*, pp. 255-6.

[2] S. Natanananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana*

Î: *Cum să practicăm meditația?*

R: Meditația este, de fapt, *atmanishtha* [starea de identificare stabilă cu Sinele]. Dar când mintea este traversată de gânduri și se face efort pentru a le elimina, acest efort este desemnat, îndeobște, prin termenul „meditație". *Atmanishtha* este natura ta reală. Rămâi așa cum ești. Aceasta este ținta.

Î: *Dar se ivesc gânduri. Efortul nostru are ca scop doar eliminarea gândurilor?*

R: Da. Meditația fiind asupra unui singur gând, celelalte gânduri sunt ținute la distanță. Efectul meditației este doar unul negativ, în măsura în care gândurile sunt ținute la distanță.

Î: *Se spune să-ți ancorezi mintea în Sine [*atma samsthan manah krtva*]. Dar Sinele este de negândit.*

R: La urma urmelor, de ce vrei să meditezi? Ți se spune să-ți ancorezi mintea în Sine [*atma samstham manah krtva*] deoarece dorești să meditezi. De ce nu rămâi așa cum ești fără să meditezi? Ce este acea *manah* [minte]? Când toate gândurile sunt eliminate, ea devine *atma samstha* [ancorată în Sine].

Î: *Dacă am o formă la care să mă raportez, pot medita asupra ei, iar celelalte gânduri sunt eliminate. Dar Sinele este lipsit de formă.*

R: Se spune că meditația asupra formelor sau a obiectelor concrete este *dhyana*, în vreme ce interogarea ce duce la Sine este *vichara* [investigare] sau *nididhyasana* [conștientizare neîntreruptă a ființei].[1]

Maharshi, p. 13.
[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 256-7.

Î: Dhyana *oferă mai multă plăcere decât desfătările simțurilor. Și totuși, mintea aleargă după acestea din urmă și nu o caută pe cea dintâi. De ce este așa?*

R: Plăcerea și durerea sunt doar niște aspecte ale minții. Natura noastră esențială este fericirea. Dar noi am uitat Sinele și ne imaginăm că trupul sau mintea este Sinele. Această identificare greșită dă naștere suferinței. Ce avem de făcut? Această tendință mintală este foarte veche și a continuat pe parcursul a nenumărate nașteri anterioare. Din această cauză, a devenit foarte puternică. Tocmai ea trebuie să dispară înainte ca natura funciară, fericirea, să se poată afirma[1].

Î: *Cum se practică* dhyana *– cu ochii deschiși sau închiși?*

R: Ea poate fi făcută în ambele feluri. Important este ca mintea să fie introvertită și mereu activă în urmărirea scopului ei. Când ochii sunt închiși se întâmplă uneori ca gândurile latente să năvălească foarte impetuos. De asemenea, introvertirea minții poate fi dificilă cu ochii deschiși. Îți trebuie forță mintală pentru a o face. Mintea este contaminată când preia obiecte. Altminteri, ea este pură. Principalul factor în *dhyana* este să menții mintea activă în propriul demers fără a prelua impresii din exterior sau a te gândi la alte probleme[2].

Î: *Bhagavan, de câte ori meditez, simt o mare fierbințeală în cap și, dacă insist, tot corpul începe să ardă. Care este remediul?*

R: Dacă concentrarea se face cu creierul, apar senzații de fierbințeală și chiar durere de cap. Concentrarea trebuie făcută în Inimă, care este răcoroasă și înviorătoare. Relaxează-te și meditația ta va fi ușoară. Menține-ți o stare mintală calmă,

[1] *Ibid.*, p. 514.
[2] *Ibid.*, p. 66.

îndepărtând cu blândeţe toate gândurile nepoftite, dar fără a te încrâncena. Nu după multă vreme vei reuşi[1].

Î: *Cum pot să nu adorm în timpul meditaţiei?*

R: Dacă vei încerca să te opui somnului, va însemna să gândeşti în timpul meditaţiei, ceea ce trebuie evitat. Dar dacă adormi în timpul meditaţiei, meditaţia va continua în timpul somnului şi după somn. Şi totuşi, fiind şi el un gând, trebuie să scăpăm de somn, căci trebuie să atingem starea ultimă şi naturală în mod conştient în *jagrat* [starea de veghe] fără acest gând perturbator. Stările de veghe şi, respectiv, de somn sunt simple imagini pe ecranul stării native, lipsite de orice gând. Lasă-le să se perinde fără a le băga în seamă[2].

Î: *Asupra a ce să meditäm?*

R: Asupra a orice preferi.

Î: *Se spune că Shiva, Vishnu şi* gayatri *au aceeaşi eficacitate. Asupra cui anume să meditez?*

R: Asupra cui îţi place mai mult. Efectul lor este acelaşi. Dar trebuie să te fixezi asupra unei singure zeităţi.

Î: *Cum să meditez?*

R: Concentrează-te asupra zeităţii care îţi place cel mai mult. Dacă predomină un singur gând, toate celelalte gânduri sunt domolite şi, în cele din urmă, eliminate. Atât timp cât predomină diversitatea vor exista gânduri nocive. Când predomină obiectul dragostei, terenul e ocupat doar de gânduri bune. De aceea, persistă într-un singur gând. *Dhyana* este practica de căpătâi.

Dhyana înseamnă luptă. Imediat după începutul meditaţiei se vor aglutina alte gânduri, care vor prinde puteri şi vor

[1] S. Cohen, *Guru Ramana*, pp. 73-4.
[2] *Ibid.*, p. 76.

încerca să stingă acel gând unic pe care încerci să-l susții. Printr-o practică repetată, gândul cel bun trebuie să prindă treptat tot mai multă putere. După ce a prins putere, celelalte gânduri vor fi puse pe fugă. Iată bătălia măreață ce are loc mereu în meditație.

Cineva vrea să scape de suferință. Pentru asta are nevoie de pace sufletească, ceea ce înseamnă absența agitației datorate gândurilor de tot felul. Numai *dhyana* poate să aducă pace sufletească[1].

Î: *Cum Sri Bhagavan spune că Sinele poate funcționa în oricare dintre centre sau chakre, chiar dacă el își are sediul în Inimă, nu este posibil ca, practicând concentrarea intensă sau* dhyana *între sprâncene, acest centru să poată deveni sălașul Sinelui?*

R: Orice afirmație despre sediul Sinelui este pur teoretică, dacă îți fixezi atenția asupra unui loc din corp. Te consideri subiectul, văzătorul, iar locul unde îți fixezi atenția devine obiectul văzut. Toate astea nu sunt decât închipuire mintală [*bhavana*]. Când, dimpotrivă, îl vezi chiar pe văzător, te contopești în Sine și devii una cu el. Aceasta este Inima.

Î: *Este recomandabilă practicarea concentrării între sprâncene?*

R: Rezultatul final al practicării oricărui tip de *dhyana* este că obiectul asupra căruia aspirantul își fixează atenția încetează să mai existe drept ceva distinct și separat de subiect. Subiectul și obiectul devin Sinele unic, iar acesta este Inima.

Î: *De ce nu ne sfătuiește Bhagavan să practicăm concentrarea pe un anumit centru sau* chakra?

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 337.

R: *Yoga Sastra* spune că sălaşul Sinelui este *sahasrara* [*chakra* situată în creier]. În *Purusha Sukta* se afirmă că sediul lui este în Inimă. Pentru a-i permite căutătorului să se ferească de orice îndoieli, îi spun să ia urma ideii de „eu" sau de „eu sunt" şi să urce până la sursa ei. Mai întâi, deoarece este cu neputinţă ca cineva să aibă vreun dubiu asupra acestei idei de „eu". În al doilea rând, oricare ar fi mijlocul pe care îl folosim, scopul ultim este realizarea sursei din care provine „eu sunt", care este datul primordial al experienţei tale.

Aşadar, dacă practici investigarea de sine, vei ajunge la Inimă, care este Sinele[1].

Î: *Practic* hatha yoga *şi meditaţia centrată pe „Eu sunt* Brahman"*. După câteva secunde de la începutul meditaţiei, se instalează un gol interior, creierul se încinge şi apare frica de moarte. Ce trebuie să fac?*

R: „Eu sunt *Brahman*" este un simplu gând. Cine îl emite? Doar nu *Brahman* însuşi spune asta. Ce nevoie ar avea să o spună? Nici adevăratul „eu" nu o spune, deoarece „eul" sălăşluieşte veşnic ca *Brahman*. A o spune nu înseamnă altceva decât a emite un gând. Al cui este acest gând? Toate gândurile provin de la „eul" ireal, mai precis de la ideea de „eu". Stai fără să gândeşti. Atât timp cât va exista gând, va exista frică.

Î: *Pe măsură ce mă gândesc la asta apare neatenţia, creierul se încinge şi mi-e teamă.*

R: Da, mintea este concentrată în creier, iar din această cauză ai o senzaţie de fierbinţeală acolo. Ea apare din pricina ideii de „eu". Frica de moarte apare simultan cu ideea de „eu". În privinţa neatenţiei, ea va persista atât timp cât vor exista

[1] T. N. Venkataramiah (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 81–2.

gânduri. Întâi apare gândul „Eu sunt *Brahman*", apoi survine neatenția. Neatenția și gândul nu există decât din perspectiva ideii de „eu". Ține-te de ea și o să dispară ca o nălucă. Ceea ce rămâne după dispariția ideii de „eu" este adevăratul „Eu", adică Sinele.

„Eu sunt *Brahman*" funcționează ca un mijloc de a facilita concentrarea, ținând la distanță alte gânduri. Când nu rămâne decât acel gând unic, vezi al cui gând este el. Vei descoperi că provine din „eu". De unde provine ideea de „eu"? În urma unei investigații susținute, ideea de „eu" va dispărea, iar Sinele suprem își va arăta strălucirea de la sine, nemaifiind nevoie de niciun efort.

Când adevăratul „eu" rămâne singur, el nu va spune „Eu sunt *Brahman*". Ai auzit vreun om repetând tot timpul „eu sunt om"? Dacă nu i se pune la îndoială identitatea, de ce să afirme că e om? Se confundă cineva cu vreun animal, pentru a fi nevoit să spună: „Nu, eu nu sunt un animal, eu sunt om"? Tot astfel, *Brahman* sau „Eu" fiind singura realitate existentă, nu există nimeni care să-l pună la îndoială și, deci, nu este nevoie să repete „Eu sunt *Brahman*"[1].

Î: *De ce să recurgem la această autohipnoză, gândind negânditul? De ce să nu folosim alte metode, precum concentrarea privirii pe o lumină, controlul respirației, ascultarea muzicii, a sunetelor interioare, repetarea silabei sacre* om *sau a altor* mantre?

R: Concentrarea privirii pe o lumină buimăcește mintea și produce o paralizie temporară a voinței, dar nu asigură vreun avantaj durabil. Controlul respirației amorțește voința

[1] M. Venkatearamiah, *op. cit.*, pp. 169–70.

pentru o vreme, dar nici această stare nu este permanentă. La fel este şi cu ascultarea sunetelor, în afara cazului când *mantra* este sacră şi mijloceşte ajutorul unei puteri mai înalte pentru a purifica şi eleva gândurile[1].

Î: *Suntem sfătuiți să ne concentrăm asupra locului dintre sprâncene. Este bine s-o facem?*

R: Fiecare dintre noi este conştient – „eu sunt". Lăsând deoparte această percepție funciară, plecăm în căutarea lui Dumnezeu. Ce rost are să-ți fixezi atenția între sprâncene? E nebunie curată să spui că Dumnezeu este între sprâncene. Scopul acestei tehnici este de a ajuta mintea să se concentreze, fiind una dintre metodele foarte puternice de a ține mintea în frâu și a-i împiedica disiparea. Ea este direcționată forțat pe un singur făgaş. Această metodă este un mijloc care facilitează concentrarea.

Dar cel mai bun mijloc este întrebarea: „Cine sunt eu?" Problema cu care te confrunți în prezent se află în plan mintal şi trebuie îndepărtată doar cu ajutorul minții[2].

Î: *Nu mă concentrez întotdeauna asupra aceluiaşi centru din corp. Uneori, îmi este mai uşor să mă concentrez asupra unui anumit centru, alteori asupra unuia diferit. Iar uneori, când mă concentrez asupra unui centru, mintea se duce singură şi se fixează în altul. De ce se întâmplă asta?*

Î: S-ar putea să fie din cauza tehnicilor pe care le-ai practicat în trecut. Dar, în orice caz, nu contează asupra cărui centru te concentrezi, deoarece Inima adevărată se află în fiecare centru şi chiar în afara corpului. Asupra oricărui centru al corpului sau obiect exterior te-ai concentra, Inima este acolo.

---

[1] *Ibid.* p. 28.
[2] *Ibid.*, pp. 518–19.

Î: *Ne putem concentra o dată asupra unui anumit centru şi altă dată asupra altuia sau trebuie să ne concentrăm întotdeauna numai asupra aceluiaşi centru?*

R: După cum am spus, nu poate fi rău oriunde te-ai concentra, deoarece concentrarea este doar un mijloc de abandonare a gândurilor. Oricare este centrul sau obiectul asupra căruia te concentrezi, cel care se concentrează este întotdeauna acelaşi[1].

Î: *Unii spun că trebuie să practici meditaţia doar asupra obiectelor grosiere. Încercarea constantă de a ucide mintea poate să aibă urmări dezastruoase.*

R: Pentru cine este ea dezastruoasă? Poate exista vreun dezastru fără legătură cu Sinele?

„Eu" fără sfârşit, „Eu" este oceanul infinit. Ideea de „eu" rămâne ca o simplă bulă de spumă pe suprafaţa acestui ocean, fiind numită *jiva* sau suflet individual. Şi acea bulă este tot apă, căci în clipa când se sparge nu face decât să se amestece în ocean. Când rămâne bulă, ea este totuşi parte a oceanului. Ignorându-se acest adevăr simplu, au apărut nenumărate metode cu denumiri diferite, precum *yoga, bhakti* sau *karma*, fiecare aducând multe modificări şi fiind predată cu mare pricepere şi cu detalii sofisticate, ce nu fac decât să-i amăgească pe căutători şi să le bulverseze minţile. Aşa este şi cu religiile, sectele şi dogmele. Pentru ce au apărut toate acestea? Exclusiv pentru cunoaşterea Sinelui. Ele nu sunt decât mijloace şi practici necesare pentru cunoaşterea Sinelui.

Se spune că percepţia senzorială a obiectelor este o cunoaştere nemijlocită [*pratyaksha*]. Ce poate fi mai nemijlocit

[1] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 243.

decât Sinele – cunoscut întotdeauna fără ajutorul simţurilor? Percepţiile venite prin simţuri nu pot fi decât o cunoaştere indirectă, nu una directă. Doar percepţia de sine a cuiva este cunoaştere directă, iar aceasta este experienţa de care avem parte fiecare. Nu este nevoie de mijloace auxiliare pentru a cunoaşte propriul Sine[1].

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 88.

CAPITOLUL 11

Mantrele și *japa*

O *mantra* este un cuvânt sau un grup de cuvinte ce a fost dat unui discipol de către un Guru, de obicei ca parte a unui rit de inițiere. Dacă Guru a acumulat forță spirituală ca rezultat al realizării Sinelui sau a meditației, o parte din această forță este transmisă în *mantra*. Dacă discipolul repetă acel cuvânt neîncetat, puterea Maestrului este invocată astfel încât aceasta îl ajută pe discipol să avanseze către scopul realizării Sinelui. Deși Sri Ramana accepta validitatea acestei metode, el nu le-a dat decât foarte rar *mantre* discipolilor și nu le-a folosit niciodată ca parte a unei ceremonii de inițiere. Pe de altă parte, el vorbea extrem de favorabil despre practica *nama-japa* (repetarea continuă a numelui lui Dumnezeu), recomandând-o adesea ca o metodă utilă celor care urmau calea abandonului.

În capitolul 7 s-a precizat că abandonul în fața lui Dumnezeu sau a Sinelui poate fi practicat cu succes, conștientizând că nu există vreun „eu" individual care acționează și gândește, ci doar o „putere mai înaltă" care este responsabilă pentru toate activitățile lumii. Sri Ramana recomanda *japa* ca o modalitate eficientă de a cultiva această atitudine, deoarece ea înlocuia percepția individualului și a lumii cu o conștientizare constantă a acestei puteri mai înalte.

În etapele ei de început, repetarea numelui lui Dumnezeu este doar un exerciţiu de concentrare şi meditaţie, dar, persistând în practică, se ajunge la o etapă în care repetiţia continuă fără efort, automat şi neîncetat. În această etapă nu se ajunge doar cu ajutorul concentrării, ci numai prin abandonul total în faţa divinităţii al cărei nume este repetat: „Pentru a folosi numele lui Dumnezeu, trebuie să-l invocăm plini de dor şi să ne abandonăm lui fără rezerve. Numele lui Dumnezeu nu rămâne constant cu omul decât după un asemenea abandon”[1].

Când Sri Ramana vorbea despre acest nivel avansat de *japa*, ideile sale căpătau o dimensiune aproape mistică. El vorbea despre identitatea dintre numele lui Dumnezeu şi Sine, adăugând uneori că în clipa în care Sinele este realizat, numele lui Dumnezeu se repetă neîncetat de la sine şi fără niciun efort în Inimă.

La această etapă ultimă se ajunge numai după ce practica *japa* fuzionează cu practica atenţiei de sine. De obicei, Sri Ramana ilustra necesitatea acestei tranziţii citând cuvintele lui Namdev, un sfânt din secolul al XIV-lea, originar din Maharashtra: „Natura atotcuprinzătoare a Numelui poate fi înţeleasă doar când ne recunoaştem propriul «eu». Când propriul nume nu este recunoscut, este cu neputinţă să dobândeşti Numele atotcuprinzător”[2]. Acest citat provine dintr-o carte de mici dimensiuni scrisă de Namdev, lucrare intitulată *Filosofia naturii divine*, pe care Sri Ramana o citează integral într-unul dintre răspunsurile sale cuprinse în acest capitol. El a descoperit această carte în 1937, păstrând un exemplar al ei pe un mic raft lângă patul lui timp de 13 ani, până la moarte. El o

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 25.
[2] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 417.

citea frecvent cu voce tare când vizitatorii îl întrebau despre natura şi utilitatea practicii *japa*. Judecând după frecvenţa cu care vorbea favorabil despre ea, avem suficiente motive să presupunem că îi aproba în totalitate conţinutul.

Î: *Am practicat neîncetat* japa *cu numele lui Dumnezeu când inspir şi cu numele lui Sai Baba când expir. Totodată, văd întotdeauna chipul lui Baba. Chiar şi în Bhagavan îl văd pe Baba. Trebuie să continui pe această direcţie sau să schimb metoda, deoarece există ceva în interior care spune că, dacă voi rămâne la nume şi formă, nu voi merge niciodată dincolo de nume şi formă? Dar nu pot înţelege ce mai am de făcut după renunţarea la nume şi formă. Bhagavan mă poate lămuri în această problemă?*

Î: Poţi continua metoda pe care o practici acum. Când *japa* devine continuă, toate celelalte gânduri încetează şi ne aflăm în natura noastră reală, care este *japa* sau *dhyana*. Ne întoarcem mintea spre exterior, spre lucrurile lumii şi, prin urmare, nu suntem conştienţi că propria noastră natură este mereu *japa*. Când, prin efortul nostru conştient de a practica *japa* sau *dhyana*, cum i se spune, împiedicăm mintea să se gândească la alte lucruri, atunci nu rămâne decât natura noastră reală, care este *japa*.

Atâta vreme cât crezi că eşti numele şi forma, nu poţi scăpa de nume şi formă nici în *japa*. Când realizezi că nu eşti numele şi forma, atunci numele şi forma vor dispărea de la sine. Nu este nevoie de niciun alt efort. Practicile *japa* sau *dhyana* vor conduce firesc spre acest rezultat. Vom descoperi că *japa*, practica pe care acum o considerăm drept un mijloc, este chiar

scopul. Numele şi Dumnezeu nu se deosebesc. Învăţăturile lui Namdev exprimă foarte clar acest lucru[1].

1 Numele umple tot cerul şi regiunile cele mai de jos şi întreg universul. Cine poate şti până la ce adâncimi în tărâmurile de jos şi până la ce înălţime în ceruri se întinde el? Ignorantul cercetează cele 84 *lakh* [8,4 milioane] de specii de păsări, necunoscând esenţa lucrurilor. Namdev spune că Numele este nemuritor. Formele sunt nenumărate, dar toate nu sunt decât Numele.

2 Numele însuşi este Forma. Nu există vreo deosebire între Nume şi Formă. Dumnezeu s-a manifestat şi a asumat Numele şi Forma. De aici provine Numele pe care l-au consacrat *Vedele*. Ia aminte că nu există vreo *mantra* mai presus de Nume. Cei care spun altceva sunt ignoranţi. Namdev spune că Numele este Însuşi Keshava [Dumnezeu].

3 Natura atotcuprinzătoare a Numelui poate fi înţeleasă numai când îţi recunoşti propriul „eu". Când nu îţi recunoşti propriul nume, este cu neputinţă să dobândeşti Numele atotcuprinzător. Când te cunoşti pe tine, descoperi Numele pretutindeni. A vedea Numele drept ceva diferit de Numit înseamnă a da naştere iluziei. „Întreabă-i pe sfinţi", spune Namdev.

4 Nimeni nu poate realiza Numele practicând cunoaşterea, meditaţia sau asceza. Mai întâi abandonează-te la picioarele Maestrului şi învaţă să vezi că „eu" în-

[1] D. Mudaliar, *Day by Day wth Bhagavan*, pp. 146–7.

> sumi este acel Nume. După ce ai descoperit sursa acelui „eu", contopeşte-ţi individualitatea în acea unitate care există independent de orice alte cauze şi este lipsită de orice dualitate. Cel ce pătrunde dincolo de *dvaita* [dualitate] şi *dvaitatita* [ceea ce este dincolo de dualitate], acel Nume este prezent în cele trei lumi. Numele este însuşi *Parabrahman*, unde nu există acţiune ivită din dualitate[1].

Aceeaşi idee se găseşte şi în Biblie: „La început era Cuvântul şi Cuvântul era cu Dumnezeu şi Cuvântul era Dumnezeu"[2].

Î: *Deci, în cele din urmă, adevăratul nume al lui Dumnezeu va fi descoperit prin investigare de sine?*

R: De vreme ce tu însuţi eşti forma acestei *japa*, dacă îţi cunoşti propria natură întrebându-te cine eşti, se va întâmpla o mare minune! Practica *japa*, care înainte necesita efort, va continua apoi neobosită şi fără niciun efort în Inimă[3].

Î: *Cât timp trebuie să practic* japa? *Trebuie să mă concentrez şi pe imaginea lui Dumnezeu în acelaşi timp?*

R: *Japa* este mai importantă decât forma exterioară. Ea trebuie practicată până devine ceva natural. Ea începe cu efort şi se continuă până când curge de la sine. Când ea devine naturală, este numită „realizare".

Poţi practica *japa* chiar şi când eşti prins de alte activităţi. Cel ce este este realitatea unică. Ea poate fi reprezentată printr-o formă, o *japa, mantra, vichara,* sau orice tentativă de a ajunge la realitate, de orice fel ar fi ea. În cele din urmă, toate

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 416–17.
[2] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 147.
[3] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 707.

aceste căi se contopesc într-o singură realitate. *Bhakti, vichara* și *japa* nu sunt decât forme diferite ale eforturilor noastre de a ține la distanță irealitatea. În ziua de azi irealitatea este o obsesie, dar adevărata noastră natură este realitatea. Greșim persistând în irealitate, adică în atașamentul față de gânduri și activități mundane. Încetarea acestora va da la iveală adevărul. Scopul încercărilor noastre este de a le ține la distanță, iar asta se face gândindu-ne exclusiv la realitate. Deși ea este natura noastră adevărată, pare că ne gândim la ea în timp ce facem aceste practici. De fapt, noi nu facem decât să îndepărtăm obstacolele pentru ca adevărata noastră ființă să iasă la iveală.

Î: *Putem fi siguri că tentativele noastre vor reuși?*

R: Realizarea este propria noastră natură. Nu se dobândește nimic nou. Ceea ce este nou nu poate fi veșnic. Iată de ce nu are sens să ne facem griji că am putea pierde sau dobândi Sinele[1].

Î: *Este bine să practicăm* japa *când știm că interogarea de Sine este calea adevărată?*

R: Toate metodele sunt bune, deoarece, în final, duc la interogare. *Japa* este natura noastră reală. Când realizăm Sinele, *japa* continuă fără niciun efort. Ceea ce la un anumit nivel este mijloc devine scop la un alt nivel. Când *japa* continuă mereu fără niciun efort, survine realizarea[2].

Î: *Nu sunt expertă în scripturile sacre și consider că metoda investigării de sine este prea dificilă pentru mine. Sunt o femeie cu șapte copii și multe griji casnice, așa că nu am prea mult timp pentru meditație. Îl rog pe Bhagavan să-mi dea o metodă mai simplă.*

---

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 376.
[2] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 210.

R: Nu este nevoie să fii expert sau să cunoști scripturile pentru a cunoaște Sinele, așa cum nimeni nu are nevoie de oglindă pentru a se vedea. În cele din urmă, ți se cere să abandonezi toate cunoștințele ca fiind non-Sine. Nici treburile casnice sau grijile legate de copii nu sunt neapărat un obstacol. Dacă nu poți face mai mult, măcar continuă să-ți spui mintal „Eu, Eu" așa cum ți se recomandă în *Cine sunt eu?* „Dacă cineva gândește neîncetat «Eu, Eu», asta va duce spre starea aceea [Sinele]". Continuă să o spui indiferent ce muncă ai face, dacă stai jos, în picioare sau mergi. „Eu" este numele lui Dumnezeu. El este prima și cea mai importantă dintre toate *mantrele*. Nici măcar *om* nu este atât de importantă[1].

Î: *Care metodă este mai bună pentru a dobândi controlul asupra minții?* Japa mantrei *nerostite* [ajapa] *sau sunetul* „om" [omkar]*?*

R: Ce este pentru tine *japa* nerostită sau involuntară [*ajapa*]? Va fi *ajapa* dacă vei repeta mereu cu buzele *soham, soham* [„Eu sunt Acela, Eu sunt Acela"]? *Ajapa* înseamnă de fapt să cunoști acea *japa* care continuă involuntar fără a fi rostită pe gură. Fără a cunoaște semnificația reală, oamenii cred că ea înseamnă să rostești de sute de mii de ori cuvintele *soham, soham*, numărând repetițiile pe degete sau cu ajutorul mătăniilor.

Înainte de a începe o *japa* este recomandat controlul respirației, ceea ce înseamnă să faci mai întâi *pranayama* [controlul respirației] și abia apoi să începi repetarea *mantrei*. *Pranayama* înseamnă în primul rând să închizi gura, nu-i așa? Dacă, prin oprirea respirației, cele cinci elemente din corp sunt în-

[1] *Ibid.*, p. 229.

frânate și controlate, ceea ce rămâne este adevăratul Sine. Acel Sine va repeta mereu în mod spontan *aham, aham* [„Eu, Eu"]. Iată ce este *ajapa*. Știind asta, cum ar putea cele rostite pe gură să fie *ajapa*? Imaginea Sinelui real ce săvârșește *japa* nesilit, involuntar și într-un flux nesfârșit, precum scurgerea continuă a uleiului, este *ajapa, gayatri* și fiecare lucru.

Dacă știi cine este cel care face *japa*, vei ști ce este *japa*. Dacă vei căuta și vei încerca să găsești cine este cel care face *japa*, chiar acea *japa* devine Sinele.

Î: *Să nu te alegi chiar cu nimic bun practicând* japa *vocal?*

R: Cine a spus că nu te alegi cu nimic bun? O *japa* de acest tip va fi un mijloc de purificare a minții [*citta suddhi*]. Pe măsură ce facem *japa* în mod repetat, eforturile noastre dau rod și, mai devreme sau mai târziu, vom fi aduși pe calea cuvenită. Orice se face, fie bun, fie rău, nu este niciodată în zadar. Dar va trebui să explicăm diferențele, calitățile și neajunsurile fiecărei acțiuni, având în vedere nivelul de maturitate spirituală al persoanei în cauză[1].

Î: *Nu este* japa *mintală mai bună decât* japa *rostită?*

R: *Japa* rostită constă din sunete. Sunetele se ivesc din gânduri, căci omul trebuie să gândească înainte de a-și exprima gândurile în cuvinte. Gândurile alcătuiesc mintea. Prin urmare, *japa* mintală este mai bună decât cea rostită.

Î: *Nu ar trebui să medităm asupra ei și să o repetăm vocal?*

R: Când *japa* devine un exercițiu mintal, ce nevoie mai avem de sunete?

Interiorizându-se și devenind mintală, *japa* devine contemplație. *Dhyana*, contemplația și *japa* mintală sunt același

[1] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, pp. 202–3.

lucru. Când gândurile nu mai sunt dezlânate și persistă un singur gând care le exclude pe toate celelalte, spunem că este vorba despre contemplație. Scopul practicii *japa* sau *dhyana* este excluderea câtorva gânduri și limitarea la un singur gând. Apoi chiar și acel gând dispare în sursa lui – conștiința absolută. Sinele, mintea practică *japa*, iar apoi se retrage în propria sursă.

Î: *Se spune că mintea își are originea în creier.*

R: Unde se află creierul? El se află în corp. Eu spun că însuși corpul este o proiecție a minții. Vorbești de creier când te gândești la corp. Mintea este cea care creează corpul și creierul din corp, apoi tot mintea stabilește că sălașul ei este în creier.

Î: *Sri Bhagavan a spus că* japa *trebuie urmărită până la izvorul ei. Nu se referea la minte spunând asta?*

R: Toate acestea nu sunt decât activitățile minții. *Japa* te ajută să-ți fixezi mintea asupra unui singur gând. Inițial, toate celelalte gânduri sunt subordonate acestuia din urmă până când dispar. Când *japa* devine pur mintală, ea se numește *dhyana*. *Dhyana* este natura ta reală. Cu toate acestea, i se spune *dhyana* deoarece ea nu poate fi făcută fără efort. Efortul este necesar atât timp cât gândurile sunt haotice. Fiind bombardat de alte gânduri, numești continuitatea unui singur gând „meditație" sau *dhyana*. Dacă *dhyana* începe să nu mai necesite efort, ea se va dovedi că este natura ta reală[1].

Î: *Oamenii îi dau diverse nume lui Dumnezeu și spun că numele este sacru și că, prin repetarea numelui, individul dobândește merite în plan spiritual. Poate fi adevărat?*

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 296.

R: De ce nu? Tu porți un nume la care răspunzi. Dar corpul tău nu s-a născut cu acel nume scris pe el, nici nu a spus cuiva că avea cutare nume. Cu toate acestea, ți se dă un nume, iar tu răspunzi la acel nume, pentru că te-ai identificat cu respectivul nume. Așadar, numele înseamnă ceva, nefiind o simplă ficțiune. Tot astfel, numele lui Dumnezeu are eficacitate. Repetarea numelui este un memento a ceea ce semnifică el. De aici și valoarea lui.[1]

Î: *Când fac* japa *o oră sau mai mult, mă cuprinde o stare asemănătoare somnului. Când mă trezesc, îmi amintesc că* japa *a fost întreruptă. Așa că încerc din nou.*

R: Așa este, „o stare asemănătoare somnului". Ea este starea naturală. Pentru că acum ești în asociere cu eul, consideri că starea naturală te-a întrerupt din ceea ce făceai. Trebuie, deci, să repeți experiența până când îți dai seama că ea este starea ta naturală. Atunci vei descoperi că *japa* nu este esențială, dar ea va continua totuși automat. Îndoiala care te încearcă acum este pricinuită de această falsă identitate, mai precis de faptul că te identifici cu mintea care practică *japa*. *Japa* înseamnă să te ancorezi într-un singur gând, excluzând toate celelalte gânduri. Acesta este scopul ei. *Japa* duce la *dhyana*, care sfârșește cu realizarea Spiritului, sau *jnana*.

Î: *Cum ar trebui să practic* japa?

R: Nu trebuie să repetăm numele lui Dumnezeu într-o manieră mecanică și superficială, fără a simți dragoste[2].

Î: *Prin urmare, o repetiție mecanică nu va aduce roade?*

R: Bolile grave nu se vindecă repetând pur și simplu numele medicamentului ori doar bând medicamentul. Tot astfel,

[1] *Ibid.*, pp. 507–8.
[2] T. N. Venkataraman, *op. cit.*, p. 25.

legăturile create de naștere și moarte nu vor înceta să existe doar în urma repetării insistente a unor *makavakya* precum „Eu sunt Shiva". În loc să rătăcești de colo-colo repetând „Eu sunt ființa supremă", persistă tu însuți ca ființă supremă. Suferința nașterii și a morții nu va înceta repetând cu voce tare de nenumărate ori „Eu sunt Acela", ci doar persistând ca Acela[1].

Î: *Poate cineva dobândi vreun folos repetând silabe sacre [*mantre*] alese la întâmplare?*

R: Nu. El trebuie să fie avizat și inițiat în astfel de *mantre*. Iată o poveste care ilustrează ceea ce vreau să spun. Un rege s-a dus să-și viziteze prim-ministrul la reședința acestuia din urmă. Ajuns acolo, i s-a spus că prim-ministrul era ocupat cu repetarea silabelor sacre. Regele a așteptat și, întâlnindu-și ministrul, l-a întrebat care era *mantra*. Prim-ministrul a răspuns că era *mantra* cea mai sacră dintre toate, *gayatri*. Regele a dorit să fie inițiat de prim-ministru, dar acesta din urmă i-a mărturisit că nu poate s-o facă. În consecință, regele a învățat *mantra* de la altcineva și, mai târziu, când s-a întâlnit cu prim-ministrul, a repetat *gayatri*, dorind să știe dacă *mantra* este corectă. Ministrul a spus că *mantra* este corectă, dar că el nu este îndreptățit să spună asta. Cerându-i-se cu insistență explicații, prim-ministrul a chemat un paj din apropiere și i-a poruncit să-l imobilizeze pe rege. Deși porunca a fost repetată de mai multe ori, pajul nu i-a dat ascultare. Apoi regele s-a înfuriat și i-a poruncit aceluiași om să-l imobilizeze pe prim-ministru, ceea ce pajul a făcut imediat. Ministrul a râs, spunând că cele întâmplate reprezentau explicația solicitată de rege. „Cum adică?", a întrebat regele. „Porunca a fost aceeași, executantul

[1] Muruganar, *op. cit.*, vv. 710, 709.

a fost acelaşi, dar autoritatea a fost diferită. Când am poruncit eu, efectul a fost nul, dar când a poruncit Maiestatea Voastră, efectul nu a întârziat. Tot astfel este şi cu *mantrele*"[1].

Î: *Din câte am învăţat, practica* mantra japa *este foarte puternică.*

R: Sinele este cea mai mare dintre *mantre* – continuă automat şi de-a pururi. Dacă nu conştientizezi această *mantra* lăuntrică, trebuie să o practici în mod conştient ca *japa,* care necesită efortul de a ţine la distanţă toate celelalte gânduri. În cele din urmă, fixându-ţi constant atenţia asupra ei, vei conştientiza *mantra* lăuntrică, aceea care este chiar starea de realizare şi nu necesită efort. Fermitatea în această conştientizare te va menţine mereu în această stare fără a fi nevoit să faci vreun efort, oricât de mult te-ai implica în alte activităţi[2].

Prin repetarea unor *mantre*, se dobândeşte controlul asupra minţii. Apoi *mantra* devine una cu mintea şi cu *prana* [energia care susţine corpul].

Când silabele unei *mantra* devin una cu *prana*, ea este numită *dhyana*, iar când *dhyana* devine profundă şi neclintită, ea duce la *sahaja sthiti* [starea naturală].[3]

Î: *Am primit o* mantra. *Oamenii mă sperie spunând că repetarea ei poate să ducă la efecte neprevăzute. Această* mantra *nu este alta decât* pranava *[*om*]. Vreau să mi se dea un sfat. Pot s-o repet? Am multă încredere în ea.*

R: Desigur, ea trebuie repetată cu toată încrederea.

Î: *Îmi va fi suficientă numai ea sau puteţi avea amabilitatea de a-mi oferi şi alte instrucţiuni?*

---

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 2–3.
[2] S, Cohen, *Guru Ramana*, pp. 75–6.
[3] G. Muni, *Sri Ramana Gita*, cap. 7, vv. 10, 11.

R: Scopul unei *mantra japa* este de a realiza că ea se repetă deja înlăuntrul nostru fără niciun efort. *Japa* repetată cu voce tare devine un exercițiu mintal și, în cele din urmă, *japa* mintală se vădește a fi veșnică. Acea *mantra* este adevărata natură a persoanei. Ea este, de asemenea, starea de realizare.

Î: *Se poate dobândi astfel extazul unui* samadhi?

R: Practica *japa* devine un exercițiu mintal și, în cele din urmă, se vădește a fi Sinele. Iată ce este *samadhi*.[1]

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 508.

CAPITOLUL 12

Viaţa în lume

Există o veche tradiţie hindusă potrivit căreia în viaţa oricărui căutător spiritual trebuie să existe patru etape (*asrama*):

1 *Brahmacharya* (studiul în celibat). O lungă perioadă dedicată studierii scripturilor sacre înainte de căsătorie, de regulă într-o instituţie specializată în studii vedice.

2 *Grihastha* (căsătoria şi familia). La încheierea studiilor, se cuvine ca aspirantul la desăvârşire să se căsătorească şi să-şi îndeplinească îndatoririle profesionale şi familiale conştiincios, dar fără vreun ataşament faţă de ele.

3 *Vanaprastha* (eremit în pădure). Când toate obligaţiile familiale au fost îndeplinite (ceea ce înseamnă de obicei când copiii au plecat la casele lor), aspirantul poate să se retragă într-un loc izolat, de obicei o pădure, pentru a-şi dedica tot timpul meditaţiei.

4 *Sannyasa* (călugăr rătăcitor). În etapa finală, aspirantul renunţă complet la lume şi devine un călugăr rătăcitor care îşi asigură subzistenţa cerşind. Nemaiavând angajamente de ordin material, social sau financiar, teoretic, un *sannyasi* a înlăturat toate obstacolele care

anterior îl împiedicau să înainteze către realizarea Sinelui.

Această structură validată în timp a alimentat convingerea larg răspândită în India potrivit căreia, dacă ești serios interesat în realizarea Sinelui, trebuie să-ți abandonezi familia și să te dedici meditației, ducând o viață ascetică în celibat deplin. Sri Ramana a fost întrebat de multe ori în legătură cu această convingere, dar el a refuzat întotdeauna să-i dea girul. El nu le îngăduia niciodată discipolilor să-și abandoneze responsabilitățile pe care le aveau în lume, insistând întotdeauna că realizarea era la fel de accesibilă tuturor, indiferent de circumstanțele concrete. În loc să le recomande discipolilor renunțarea la cele trupești, le spunea că ar fi mai rodnic din punct de vedere spiritual dacă și-ar îndeplini îndatoririle și obligațiile știind că nu există vreun „eu" individual care să acționeze sau să accepte responsabilitatea pentru acțiunile făcute de corp. El era ferm convins că această atitudine mintală avea o mai mare influență asupra progresului spiritual decât circumstanțele concrete, descurajându-i mereu pe cei care aveau impresia că o eventuală modificare a mediului lor, oricât de mică, ar fi benefică din punct de vedere spiritual.

Singurele schimbări în plan concret cu care era de acord priveau dieta. El accepta teoria hindusă despre alimentație, teorie potrivit căreia tipul de alimente consumate îți influențează cantitatea și calitatea gândurilor, recomandând un consum moderat de mâncare vegetariană drept cel mai benefic auxiliar al practicii spirituale.

Teoria hindusă asupra dietei recomandată de Sri Ramana clasifică diferitele alimente în funcție de stările mintale pe care le induc:

1 *Sattva* (puritate sau armonie). Produsele lactate, fructele, legumele și cerealele sunt considerate alimente *sattvice*. O dietă alcătuită în cea mai mare parte din alimente de acest fel îi ajută pe aspiranții la desăvârșire să-și păstreze mintea liniștită și calmă.
2 *Rajas* (activitate). Printre alimentele *rajasice* se numără carnea, peștele și condimentele precum ardeii iuți, ceapa și usturoiul. Ingestia acestor alimente face ca mintea să fie hiperactivă.
3 *Tamas* (inerție). Alimentele alterate, râncede sau produse printr-un proces de fermentație (de exemplu alcoolul) sunt considerate ca *tamasice*. Consumul acestor alimente duce la stări de apatie și toropeală ce împiedică o gândire limpede și fermă.

Î: *Am de gând să demisionez de la serviciu și să rămân tot timpul cu Sri Bhagavan.*

R: Bhagavan este întotdeauna cu tine și tu însuți ești Bhagavan. Pentru a realiza asta nu este nevoie să demisionezi de la locul de muncă, nici să pleci de acasă. Renunțarea nu presupune o debarasare de anumite veșminte, legături familiale, casă etc., ci înseamnă renunțarea la dorințe, afectivitate și atașament. Nu este nevoie să demisionezi de la locul de muncă, ci doar să te supui lui Dumnezeu, care poartă povara tuturor. Cel ce renunță la dorințe se contopește realmente în lume și își extinde dragostea asupra întregului univers. Extinderea dragos-

tei şi afecţiunii îl descrie mult mai bine pe adevăratul devot al lui Dumnezeu decât renunţarea, deoarece acela care renunţă la legăturile cu apropiaţii lui îşi extinde, practic, legăturile de afecţiune şi dragoste către o lume mai largă, dincolo de hotarele impuse de castă, credinţă şi rasă. Un *sannyasi* care aparent îşi aruncă veşmintele şi pleacă de acasă nu o face din aversiune faţă de apropiaţii lui, ci pentru a-şi extinde dragostea asupra altora din jurul lui. Când se iveşte o asemenea lărgire, nu simţi că fugi de acasă, ci mai degrabă că te desprinzi de ea precum un rod copt dintr-un pom. Până atunci ar fi o prostie să-ţi abandonezi casa sau serviciul[1].

Î: *Cum poate acţiona un cap de familie [*grihastha*] în vederea eliberării [*moksha*]? El nu trebuie neapărat să devină cerşetor pentru a ajunge la eliberare?*

R: De ce crezi că eşti un *grihastha?* Te vor bântui gânduri similare, fiind convins că eşti un *sannyasi* [călugăr rătăcitor] chiar dacă pleci de acasă şi devii *sannyasi.* Fie că vei rămâne în continuare acasă la tine sau vei renunţa la viaţa de familie şi vei merge în pădure, mintea te va hărţui. Eul este sursa gândului. El creează corpul şi lumea, făcându-te să crezi că eşti capul de familie [*grihastha*]. Dacă renunţi la familie, mintea va înlocui gândul *grihastha* cu cel de *sannyasa* şi ambianţa căminului familial cu cea a pădurii. Dar obstacolele mintale cu care te confrunţi nu dispar, ba chiar sunt mult amplificate într-o ambianţă nouă. Este inutil să modifici mediul exterior. Singurul obstacol este mintea, iar acesta trebuie depăşit indiferent dacă te afli la tine acasă sau în pădure. Dacă o poţi face în pădure,

---

[1] R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table,* p. 43.

de ce nu și acasă? Prin urmare, de ce să schimbi mediul exterior? Poți face efort chiar acum, indiferent de ambianță.

Î: *Este posibil să te bucuri de* samadhi *[conștientizarea realității] când ești ocupat cu munca cea mai prozaică?*

R: Sentimentul că „eu muncesc" este un impediment. Întreabă-te „Cine muncește?" Amintește-ți cine ești. Atunci munca nu te va înrobi, va merge automat, fără a face vreun efort să muncești sau să renunți; tocmai efortul tău este servitutea. Ceea ce este menit să se întâmple se va întâmpla. Dacă ești menit să nu muncești, nu vei avea parte de muncă nici dacă o cauți cu lumânarea. Dacă ești menit să muncești, nu vei putea s-o eviți și vei fi obligat să te cufunzi în muncă. Așa că lasă chestiunea în seama puterii de sus; nu este ceva la care poți renunța sau nu, după cum dorești.

Î: *Bhagavan spunea ieri că, în timp ce te afli în căutarea lui Dumnezeu „în interior", lumea „exterioară" se va perpetua automat. În cartea dedicată vieții lui Sri Chaitanya se spune că, în timp ce le ținea conferințe studenților, el se afla realmente într-o căutare lăuntrică a lui Krishna, uitându-și cu desăvârșire trupul și vorbind numai despre Krishna. Asta mă face să mă îndoiesc că putem lăsa activitatea să se desfășoare de la sine fără niciun risc. Nu ar trebui să ne menținem parțial atenția și asupra activității fizice?*

R: Sinele este. Ești tu separat de Sine? Sau poate munca să continue în lipsa Sinelui? Sinele este universal; prin urmare, toate activitățile vor continua indiferent dacă te străduiești să te implici în ele sau nu. Activitatea va continua de la sine. Astfel, Krishna i-a spus lui Arjuna că nu trebuie să se străduiască să-i ucidă pe Kauravi, deoarece ei erau deja nimiciți de Dumnezeu. Nu el trebuia să hotărască să treacă la acțiune și să-și

facă griji în legătură cu asta, ci doar să îngăduie propriei sale naturi să îndeplinească voia puterii divine.

Î: *Dar activitatea poate avea de suferit dacă nu mă ocup de ea.*

R: A te ocupa de Sine înseamnă a te ocupa de muncă. Deoarece te identifici pe tine însuți cu trupul, crezi că munca este făcută de tine. Dar corpul și activitățile sale, inclusiv munca respectivă, nu sunt ceva separat de Sine. Ce importanță are dacă te ocupi sau nu de muncă? Când mergi dintr-un loc în altul nu ești atent la pașii pe care îi faci și, cu toate acestea, după o vreme, descoperi că ai ajuns la destinație. Vezi că mersul se întâmplă fără ca tu să te ocupi de el. Tot așa este și cu alte tipuri de activitate.[1]

Î: *Dacă cineva își amintește Sinele în orice moment, acțiunile lui vor fi mereu corecte?*

R: Așa ar trebui. Oricum, o asemenea persoană nu este preocupată de caracterul corect sau incorect al acțiunilor. Acțiunile sale sunt ale lui Dumnezeu, fiind, așadar, corecte.

Î: *Cum poate mintea mea să fie calmă dacă sunt nevoit să o folosesc mai mult decât alți oameni? Vreau să mă retrag de unul singur și să renunț la profesia mea de învățător.*

R: Nu. Poți să rămâi acolo unde ești, continuându-ți munca. Care este fluxul subiacent care dă viață minții, permițându-i să facă toate aceste lucruri? Este Sinele. Iată adevărata sursă a activității tale. Fii pur și simplu conștient de el în timpul activității tale și nu-l uita. Nu scăpa din vedere realitatea din fundalul minții tale chiar și în timp ce muncești. Pentru a o face, nu te grăbi, ia-o în ritmul tău. Menține vie conștiința

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 7–8.

adevăratei tale naturi, chiar în timp ce lucrezi, evitând acea grabă care te face să uiți. Cultivă lentoarea. Practică meditația pentru a liniști mintea și pentru a o face să conștientizeze adevărata ei relație cu Sinele care o fundamentează. Să nu-ți imaginezi că tu ești cel care face acțiunea. Acel flux subiacent o face. Identifică-te cu respectivul curent. Dacă muncești fără grabă, cu prezență de spirit, munca sau serviciul tău nu trebuie să fie o povară[1].

Î: *Nu ar fi bine ca, la început, omul să caute singurătatea și să renunțe la îndatoririle față de lumea exterioară?*

R: Renunțarea este întotdeauna un proces mintal, ea nu survine ca urmare a retragerii în pădure sau în alte locuri izolate sau ca urmare a renunțării la propriile îndatoriri. Cel mai important lucru este să ai grijă ca mintea să nu fie întoarsă către exterior, ci către interior. Nu este, practic, la latitudinea cuiva dacă merge într-un loc sau în altul, dacă renunță sau nu la îndatoririle lui. Toate acestea se întâmplă în funcție de destin. Toate activitățile pe care corpul urmează să le traverseze sunt hotărâte chiar din clipa când încep să existe. Nu ție îți incumbă să le accepți sau nu. Singura libertate pe care o ai este să-ți întorci mintea spre interior și să abandonezi orice activitate acolo.

Î: *Nu este posibil să ai un mic ajutor, în special dacă ești începător, precum un gard în jurul unui copac tânăr? Nu spun cărțile noastre că este util să mergem în pelerinaje la altare sacre și să avem parte de* sat-sanga?

R: Cine spune că nu sunt utile? Doar că asemenea lucruri nu depind de tine, în vreme ce introvertirea minții depinde

[1] P. Brunton, *Conscious Immortality*, pp. 130–1.

de tine. Mulţi oameni doresc pelerinajele sau acele *sat-sanga* despre care vorbeşti, dar nu toţi au parte de ele.

Î: *De ce numai întoarcerea minţii spre interior este lăsată la latitudinea noastră, în vreme ce lucrurile exterioare nu?*

R: Dacă vrei să mergi la esenţa întregii realităţi, trebuie să te întrebi cine eşti şi să descoperi cine este cel care are libertate sau destin. Cine eşti tu şi de ce ai căpătat acest corp care are asemenea limitări?[1]

Î: *Este nevoie să te afli în singurătate pentru a practica* vichara?

R: Există singurătate pretutindeni. Individul este întotdeauna singur. Ceea ce are de făcut este să descopere singurătatea în interior, nu să o caute în afara lui[2].

Singurătatea este în mintea omului. Un om poate fi în tumultul lumii, păstrându-şi liniştea sufletească. Un asemenea om este în singurătate. Altul poate locui în pădure, dar neputând să-şi controleze încă mintea. Despre un asemenea om nu se poate spune că este în singurătate. Un om ataşat de dorinţe nu poate dobândi singurătatea oriunde s-ar afla, în vreme ce un om detaşat este mereu în singurătate.

Î: *Aşadar, cineva poate fi implicat în activitate şi liber de dorinţă, rămânând astfel în singurătate.*

R: Da. Munca efectuată cu ataşament este înrobitoare, pe când munca efectuată cu detaşare nu afectează făptuitorul. Cel care munceşte astfel se află în singurătate chiar când munceşte[3].

---

[1] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, pp. 211-12.
[2] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 50.
[3] *Ibid.*, p. 15.

Î: *Viața noastră de fiecare zi nu este compatibilă cu asemenea eforturi.*

R: De ce crezi că ești activ? Ia exemplul grosier al sosirii tale aici. Ai plecat de acasă într-o șaretă, ai luat trenul, ai coborât la gară aici, de unde ai luat o șaretă și te-ai pomenit la acest ashram. Când ești întrebat, spui că ai călătorit până aici tocmai din orașul tău. Este, oare, adevărat? Realitatea nu este că mai curând ai rămas așa cum erai și a existat o mișcare a mijloacelor de transport pe tot acest drum? Așa cum respectivele mișcări sunt considerate ca fiind ale tale, la fel se întâmplă și cu alte activități. Ele nu sunt activitățile tale, ci ale lui Dumnezeu[1].

Î: *Cum se poate ajunge la încetarea activității mintale [*nivritti*] și la pacea sufletească în toiul treburilor dintr-o gospodărie care presupun chiar prin natura lor o activitate continuă?*

R: Cum activitățile înțeleptului există doar în ochii celorlalți, și nu în propriii ochi, deși este posibil să îndeplinească lucruri colosale, de fapt el nu face nimic. Prin urmare, acțiunile lui nu stau în calea inacțiunii și a păcii sufletești. Deoarece el știe adevărul, mai precis, că toate activitățile au loc prin simpla lui prezență și că el nu face nimic. Așadar, el va sta mereu ca un martor tăcut al tuturor activităților ce au loc[2].

Î: *Este mai dificil pentru occidentali să se retragă în sine?*

R: Da, ei sunt *rajasici* [hiperactivi din punct de vedere mintal] și energia lor merge spre exterior. Trebuie să fim tăcuți în interior, să nu uităm Sinele, iar în exterior putem continua activitatea. Oare un bărbat care joacă pe scenă rolul unei femei

[1] *Ibid.*, p. 80.
[2] S. Natanananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p. 17.

uită că este bărbat? Tot astfel trebuie să ne jucăm rolurile pe scena vieții, dar nu trebuie să ne identificăm cu acele roluri.

Î: *Cum îndepărtezi lenevia spirituală a celorlalți?*

R: Ți-ai îndepărtat-o pe a ta? Redirecționează-ți interogațiile spre Sine. Forța declanșată în interior va acționa și asupra altora[1].

Î: *Dar cum îl pot ajuta pe celălalt cu problemele și necazurile lui?*

R: Ce vrei să spui când vorbești despre celălalt? Există numai unul. Încearcă să-ți dai seama că nu există eu, nici tu, nici el, ci doar Sinele unic, care este tot. Dacă crezi că există vreo problemă a altcuiva, crezi în ceva exterior Sinelui. Îl vei putea ajuta cel mai bine realizând unitatea tuturor lucrurilor, nu printr-o activitate exterioară[2].

Î: *Aprobați abstinența sexuală?*

R: Adevăratul *brahmachari* [celibatar] este cel care sălășluiește în *Brahman*. Din acea clipă nu se mai pune problema dorințelor.

Î: *În* ashramul *lui Sri Aurobindo există o regulă respectată cu strictețe, potrivit căreia cuplurile căsătorite pot locui acolo cu condiția de a nu avea relații sexuale.*

R: Ce rost are o asemenea regulă? Dacă dorința există în minte, ce rost are să obligi oamenii să se abțină?

Î: *Este căsătoria o piedică în calea progresului spiritual?*

R: Viața în căsnicie nu este o piedică, dar capul de familie trebuie să facă tot ce-i stă în puteri pentru a practica autocontrolul. Dacă dorești din tot sufletul o viață elevată, pornirile

---

[1] P. Brunton, *op. cit.*, pp. 123-4.
[2] *Ibid.*, p. 133.

sexuale se vor diminua. Când mintea este nimicită, celelalte dorințe sunt și ele nimicite[1].

Î: *Am săvârșit păcate de natură sexuală.*

R: Chiar dacă ai făcut-o, nu contează atâta vreme cât nu te gândești ulterior că ai făcut-o. Sinele nu știe de niciun păcat, iar renunțarea la sex este ceva lăuntric, nu ceva care ține doar de trup.

Î: *Îmi pierd cumpătul când văd sânii unei tinere din vecini și sunt adesea ispitit să comit adulter cu ea. Ce ar trebui să fac?*

R: Tu ești întotdeauna pur. Simțurile și trupul sunt cele care te ispitesc și pe care tu le confunzi cu Sinele tău real. Află mai întâi cine este ispitit și dacă există cineva de ispitit. Dar chiar dacă vei comite adulter, nu te gândi la asta ulterior, deoarece tu ești întotdeauna pur. Tu nu ești cel care păcătuiește.[2]

Î: *Cum putem eradica ideea de sex?*

R: Eradicând ideea falsă că trupul este Sinele. Fii Sinele și nu vei mai avea probleme cu sexul.

Î: *Postul poate fi un leac pentru dorința sexuală?*

R: Da, dar el este o soluție temporară. Postul mintal este adevăratul leac. Postul nu este un scop în sine. Pe lângă el trebuie să existe o maturizare spirituală. Postul total slăbește prea mult mintea. Pentru a da roade în plan spiritual, căutarea trebuie susținută prin post[3].

Î: *Se poate progresa spiritual postind?*

---

[1] *Ibid.*, p. 43. Întrebarea privitoare la ashram-ul lui Sri Aurobindo provine din manuscrisul inițial al cărții. Ea a fost eliminată din versiunea publicată.
[2] *Ibid.*, pp. 139-40.
[3] *Ibid.*, p. 31.

R: Postul trebuie să fie în primul rând mintal [abținere de la gânduri]. Simpla abținere de la mâncare nu va fi de niciun folos, putând chiar să tulbure mintea. Creșterea în plan spiritual va veni mai degrabă printr-o alimentație echilibrată. Dar dacă, pe timpul unui post de o lună, s-a menținut direcția propice maturizării spirituale, atunci, după aproximativ zece zile de la ieșirea din post (dacă ieșirea nu a fost bruscă și a urmat o alimentație corectă), mintea va deveni pură și stabilă, rămânând astfel[1].

La începutul șederii mele aici aveam ochii închiși, fiind atât de absorbit în meditație că aproape nici nu știam dacă era zi sau noapte. Nu mâncam și nu dormeam. Dacă există mișcări la nivelul corpului, ai nevoie de mâncare. Dacă mănânci, ai nevoie de somn. Dacă nu există asemenea mișcări, nu ai nevoie de somn și supraviețuiești cu foarte puțină mâncare. Eram obișnuit cu așa ceva. Se găsea întotdeauna cineva care să-mi ofere un păhărel de hrană lichidă ori de câte ori deschideam ochii. Nu mâncam nimic altceva. Dar amintiți-vă că omul nu poate renunța total la somn și mâncare decât dacă este absorbit într-o stare de imobilitate mintală. Când trupul și mintea sunt implicate în treburile obișnuite ale vieții cotidiene, corpul va fi grav afectat dacă renunți la mâncare și somn.

Există mai multe teorii despre cât de mult trebuie să mănânce și să doarmă un *sadhaka*. Unii spun că e sănătos să te culci la ora zece seara și să te trezești la două dimineața, ceea ce înseamnă că sunt suficiente patru ore de somn. Alții spun că patru ore de somn nu sunt suficiente, fiind nevoie de șase ore. În mare, ni se spune să evităm excesul de somn și de mân-

[1] „Who", *Maha Yoga*, p. 204.

care. Când vrei să renunţi complet la ele, mintea ţi se va duce mereu în acea direcţie. De aceea, *sadhaka* trebuie să facă totul cu moderaţie.[1]

Nu e deloc rău să mănânci de trei sau patru ori pe zi. Dar nu trebuie să ai preferinţe culinare. Pe lângă asta, îţi iei mesele în timpul celor 12 ore cât te afli în stare de veghe, dar nu mănânci în timpul a 12 ore de somn. Te duce somnul către *mukti*? Este greşit să presupunem că simpla inactivitate poate să te conducă la *mukti.*[2]

Î: *Ce regim alimentar trebuie să urmăm?*

R: Alimentele influenţează mintea. Un regim vegetarian este absolut necesar în practicarea oricărui tip de yoga, deoarece el face mintea să fie mai *sattvică* [pură şi armonioasă].

Î: *Ar putea cineva să aibă parte de trezirea spirituală chiar dacă consumă carne?*

R: Da, dar renunţă treptat la carne şi obişnuieşte-te cu alimentele *sattvice.* Oricum, după ce ai avut parte de trezire, ceea ce mănânci nu va mai avea atâta importanţă, aşa cum, în cazul unui foc mare, nu contează combustibilul cu care este alimentat[3].

Î: *Noi, europenii, suntem obişnuiţi cu un anume regim alimentar şi o schimbare de regim alimentar ne afectează sănătatea şi ne slăbeşte mintea. Nu este necesar să ne menţinem sănătatea fizică?*

R: Este absolut necesar. Cu cât este corpul mai slab, cu atât mintea devine mai puternică.

---

[1] S. Nagamma, *op. cit.*, pp. 175-6.
[2] P. Brunton, *op. cit.*, p. 32.
[3] *Ibid.*, p. 62.

Î: *Dacă ne lipseşte regimul alimentar cu care suntem obişnuiţi, sănătatea noastră are de suferit şi mintea îşi pierde din putere.*

R: Ce înţelegi prin putere a minţii?

Î: *Puterea de a îndepărta ataşamentul faţă de lume.*

R: Însuşirile alimentelor influenţează mintea. Mintea se hrăneşte din mâncarea consumată.

Î: *Aşa este! Atunci cum pot europenii să se acomodeze cu un regim alimentar compus exclusiv din hrană* sattvică*?*

R: Obiceiurile nu sunt decât nişte adaptări la mediu. Ceea ce contează este mintea. Ea a fost educată să creadă că anumite alimente sunt gustoase ori bune. Suntem nevoiţi să ingerăm alimente indiferent dacă urmăm un regim vegetarian sau non-vegetarian. Dar mintea doreşte anumite alimente deoarece ea este obişnuită cu ele, considerându-le gustoase.

Î: *Există restricţii alimentare pentru un om care a realizat Sinele?*

R: Nu. Starea lui este stabilă, nefiind influenţată de mâncarea pe care o consumă.

Î: *Nu trebuie să ucidem viaţa pentru a pregăti felurile de mâncare cu carne?*

R: *Ahimsa* [nonviolenţa] ocupă un loc foarte important în codul de conduită al yoghinilor.

Î: *Chiar şi plantele au viaţă.*

R: Şi scândurile pe care stai au viaţă!

Î: *Ar trebui să ne acomodăm treptat cu un regim vegetarian?*

R: Da. Asta e calea de urmat[1].

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 20.

Î: *Este nociv să nu mă las de fumat?*

R: Da, căci tutunul este o otravă. Este mai bine fără el. Este bine că te-ai lăsat de fumat. Oamenii sunt dependenți de fumat şi nu pot renunța la el. Dar tutunul nu face decât să ofere o stimulare temporară, care induce reacția de a dori mai mult. El nu este benefic nici pentru practicarea meditației.

Î: *Este recomandabilă renunțarea la carne şi la băuturile alcoolice?*

R: Este recomandabil să renunți la ele, deoarece acest tip de abstinență este foarte util începătorilor. Renunțarea la ele este dificilă nu pentru că ar fi realmente necesare, ci pentru că ne-am obişnuit cu ele[1].

Î: *Există reguli generale de conduită pe care un aspirant la realizare trebuie să le respecte?*

R: Să fie cumpătat la mâncare, somn şi vorbă[2].

---

[1] P. Brunton, *op. cit.*, pp. 11-12.
[2] S. Natanananda, *op. cit.*, p. 14.

CAPITOLUL 13

Yoga

Practicienii yoga au ca scop unirea cu Sinele (yoga este termenul sanscrit pentru „unire"), prin efectuarea anumitor exerciţii mintale şi fizice. Majoritatea acestor exerciţii provin din acele *Yoga Sutra* de Patanjali care au fost scrise cu aproximativ 2000 de ani în urmă. Sistemul lui Patanjali, cunoscut drept *raja* yoga, cuprinde opt niveluri şi practici diferite.

1 *Yama.* Precepte de viaţă privitoare la relaţia cu alţii – ele recomandă a se evita neadevărul, furtul, vătămarea celorlalţi, lubricitatea şi lăcomia.

2 *Niyama.* Precepte de conduită în relaţia cu sine – puritate, calm, austeritate, studiu şi devoţiune.

3 *Asana.* Exerciţii de etirare, flexiune, echilibru şi aşezare. În prezent, aceste exerciţii sunt cunoscute generic ca *hatha* yoga.

4 *Pranayama.* Exerciţii de respiraţie care au ca scop controlul minţii.

5 *Pratyahara.* Retragerea atenţiei de la corp şi simţuri.

6 *Dharana.* Concentrarea minţii.

7 *Dhyana.* Meditaţia.

8 *Samadhi.* Contemplarea neîntreruptă a realităţii.

Majoritatea acestor practici se regăsesc și în alte sisteme de practică spirituală. Singurele excepții sunt *hatha* yoga și *pranayama*, care dau sistemului *raja* yoga un caracter distinct. Când vizitatorii îl întrebau pe Sri Ramana în legătură cu aceste practici, de regulă el critica *hatha* yoga ca fiind obsedată de corp. Una dintre premisele de bază ale învățăturilor sale era că problemele spirituale nu pot fi rezolvate decât dobândind controlul asupra minții. Din această cauză, el nu-și încuraja niciodată discipolii să practice discipline spirituale, care sunt preocupate în primul rând de o bunăstare corporală. El avea o părere mai bună despre *pranayama* (controlul respirației), spunând că ea este un mijloc util pentru cei care nu-și pot controla mintea altcumva, dar, în genere, avea tendința de a considera *pranayama* o tehnică pentru începători. Am expus în capitole separate opiniile lui despre alte aspecte din *raja* yoga (precum moralitatea, meditația și *samadhi*).

Pe lângă *raja* yoga, mai există un alt sistem bine cunoscut, numit *kundalini* yoga. Adepții acestui sistem se concentrează asupra unor centri subtili (*chakre*) din corp, pentru a genera o putere spirituală pe care o numesc *kundalini*. Scopul acestei practici este de a forța *kundalini* să urce de-a lungul unui canal subtil (*sushumna*) care duce de la baza coloanei vertebrale la creier. Cel care practică *kundalini* yoga crede că, în clipa în care respectiva putere ajunge la *sahasrara* (cea mai înaltă *chakra* situată în creier), se va produce realizarea Sinelui.

Sri Ramana nu și-a sfătuit niciodată discipolii să practice *kundalini* yoga, deoarece o considera potențial periculoasă și inutilă. El accepta existența energiei *kundalini* și a centrilor subtili (*chakras*), dar spunea că ascensiunea energiei *kundalini* până la *sahasrara* nu va duce la realizarea Sinelui. El spunea că,

pentru realizarea Sinelui, energia *kundalini* trebuie să meargă dincolo de *sahasrara*, urmând un alt *nadi* (canal subtil) pe care Ramana îl numea *amritanadi* (numit, de asemenea, *paranadi* sau *jivanadi*) până în centrul Inimii, situat în partea dreaptă a pieptului. Deoarece susţinea că investigarea de sine va trimite automat *kundalini* spre centrul Inimii, Ramana afirma că nu sunt necesare exerciţii yoga specifice.

Se ajunge la Sine căutând originea eului şi plonjând în Inimă. Iată metoda nemijlocită de realizare a Sinelui. Cel care o adoptă nu trebuie să se preocupe de canale subtile [*nadi*], centrul subtil corespunzător creierului [*sahasrara*], *sushumna, paranadi, kundalini, pranayama* sau de cei cinci centri subtili [*chakre*][1].

Pe lângă practicile menţionate mai sus, tradiţia hindusă are şi un alt tip de yoga, numit *karma* yoga, yoga acţiunii. Cei ce practică acest tip de yoga doresc să evolueze spiritual, slujindu-i şi ajutându-i pe ceilalţi într-o manieră altruistă. Deşi acest tip de yoga este lăudat în *Bhagavad Gita*, de regulă Sri Ramana nu-şi încuraja discipolii să urmeze această cale, deoarece ea presupune existenţa unui „eu" care va săvârşi faptele bune şi a „altor oameni" care au nevoie de ajutor. El îşi încuraja discipolii pe această cale doar dacă simţea că persoanele în cauză nu erau în stare să urmeze *jnana, bhakti* sau *raja* yoga.

Dacă temperamentul unui aspirant îl face inapt pentru primele două metode [*jnana* şi *bhakti*] şi dacă, din conside-

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 576.

rente de vârstă, nu este potrivit pentru cea de-a treia metodă [yoga], el trebuie să încerce *karma marga* [calea *karma* yoga]. Pornirile sale nobile vor ieşi mai mult la iveală şi el va avea parte de satisfacţii impersonale. În acelaşi timp, el va dobândi însuşirile care îl fac apt pentru cele trei căi menţionate anterior[1].

Sri Ramana sublinia faptul că, pentru a ajunge la ţel, practicianul de *karma* yoga trebuie să se elibereze de ideea că el ca persoană îi ajută pe ceilalţi, trebuind, de asemenea, să fie neataşat şi neutru faţă de consecinţele acţiunilor sale. Deşi Ramana nu recomanda cu prea multă căldură *karma* yoga, el recunoştea că ambele condiţii erau îndeplinite dacă toate acţiunile erau săvârşite fără ideea că „Eu sunt făptuitorul".

Î: *Yoga înseamnă unire. Mă întreb: unire între ce şi ce?*

R: Exact. Yoga presupune că anterior există o dezbinare, însemnând unirea ulterioară a unui lucru cu altul. Dar cine trebuie să fie unit cu cine? Tu eşti căutătorul şi cauţi unirea cu ceva. Dacă ai o asemenea premisă, atunci trebuie să existe ceva separat de tine. Dar Sinele tău îţi este profund familiar şi eşti mereu conştient de el. Apoi Sinele se va extinde devenind infinit şi nu se va mai pune problema de yoga. A cui este separarea [*viyoga*]?[2]

Î: *Nu ştiu. Există cu adevărat separare?*

R: Descoperă pentru cine există *viroga*. Iată ce este yoga. Yoga este numitorul comun al tuturor căilor. De fapt, yoga nu este decât a înceta să mai crezi că eşti diferit de Sine sau de

[1] *Ibid.*, p. 27.
[2] *Ibid.*, p. 178.

realitate. Toate variantele de yoga – *karma, jnana, bhakti* şi *raja* – sunt numai căi diferite ce corespund unor firi diferite cu modalităţi de evoluţie diferite. Toate aceste căi au ca scop să le scoată oamenilor din cap ideea că sunt diferiţi de Sine. Nu se pune problema de unire sau yoga în sensul de a ajunge la sau a te uni cu ceva care este undeva departe de noi sau diferit de noi, deoarece tu nu ai fost niciodată şi nici nu ai putea fi separat de Sine[1].

Î: *Ce diferenţă există între yoga şi investigaţie?*

R: Yoga prescrie *citta-vritti-nirodha* [reprimarea gândurilor][2] în vreme ce eu recomand *atmanveshana* [investigarea de sine]. Ultima metodă este mai uşor de practicat. Reprimarea minţii survine ca o sincopă sau ca efect al postului. Dar imediat ce dispare cauza mintea învie, cu alte cuvinte, gândurile încep să curgă ca şi înainte. Nu există decât două modalităţi pentru a controla mintea. Fie îi cauţi sursa, fie o abandonezi, lăsând-o să fie înfrântă de puterea supremă. Abandonul este recunoaşterea faptului că există o putere mai înaltă dincolo de ea. Dacă mintea refuză să-şi dea concursul pentru căutarea sursei, permite-i să plece şi aşteapt-o să revină; apoi îndreapt-o spre interior. Nimeni nu reuşeşte fără a persevera răbdător[3].

Î: *Este necesar să ne controlăm respiraţia?*

R: Controlul respiraţiei nu este decât un mijloc pentru a plonja în profunzimile propriei interiorităţi. Poţi să plonjezi la fel de bine controlându-ţi mintea. Când mintea este controlată, respiraţia este controlată automat. Nu trebuie să căutăm

[1] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 188-9.
[2] *Chitta-vritti-nirodha* este cea de-a doua *sutra* din tratatul lui Patanjali *Yoga Sutra*.
[3] „Who", *Maha Yoga*, p. 194.

controlul respirației, controlul minții este suficient. Controlul respirației este recomandat numai celor care nu-și pot controla mințile direct[1].

Î: *Când trebuie să practicăm* pranayama *și de ce este ea eficace?*

R: În absența investigării și a devoțiunii, putem încerca *pranayama* [reglarea respirației], ca sedativ natural. Asta este ceea ce se numește *yoga marga* [calea yogăi]. Dacă viața este periclitată, suntem interesați de un singur lucru, salvarea vieții. Dacă ne reținem respirația, mintea nu-și poate îngădui să se arunce asupra obiectelor exterioare care îi sunt atât de dragi. Prin urmare, mintea este în repaus atâta vreme cât se reține respirația. Întreaga atenție fiind concentrată asupra respirației sau asupra reglării ei, celelalte preocupări sunt ca și inexistente[2].

Respirația și mintea au aceeași sursă. Prin urmare, calmarea oricăreia dintre ele duce la calmarea fără niciun efort a celeilalte.

Î: *Concentrarea asupra centrilor subtili [*chakra*] va avea un efect de liniștire a minții?*

R: Fixându-și mințile asupra centrilor subtili precum *sahasrara* [*chakra* lotusului cu o mie de petale], yoghinii pot să rămână oricât timp doresc fără a-și percepe corpurile. Atâta vreme cât această stare continuă, ei par cufundați într-un fel de beatitudine. Dar când mintea care s-a liniștit iese la iveală, redevenind activă, ea își reia firul gândurilor lumești. Așadar, este necesar să o antrenăm cu ajutorul unor practici precum *dhyana* [meditație] ori de câte ori ea devine extrovertită. Min-

---

[1] M. Vankataramiah, *op. cit.*, pp. 417-18.
[2] *Ibid.*, p. 26.

tea va ajunge într-o stare în care nu mai există nici diminuare, nici recrudescență[1].

Î: *Controlul mintal indus prin* pranayama *este și el temporar?*

R: Calmul durează numai cât timp respirația este controlată. Deci este trecător. Este limpede că nu *pranayama* este țelul. Practica se prelungește, trecându-se la *pratyahara* [retragere], *dharana* [concentrarea minții], *dhyana* [meditația] și *samadhi*. Aceste etape vizează controlul minții. Un astfel de control al minții devine mai ușor pentru cineva care a practicat anterior *pranayama*. Așadar, *pranayama* conduce spre etapele superioare. Cum aceste etape superioare presupun controlul asupra minții, se poate spune că scopul ultim al yogăi este controlul minții.

Cineva mai avansat va practica direct controlul minții, fără a mai pierde timpul practicând controlul respirației[2].

Î: Pranayama *are trei faze – expirația, inspirația și retenția. Cum ar trebui ele echilibrate?*

R: Doar abandonarea completă a identificării cu trupul este expirație [*rechaka*]; doar plonjonul interior prin întrebarea „cine sunt eu?" este inspirație [*puraka*]; doar persistența ca realitatea unică „Eu sunt Acela" este retenție [*kumbhaka*]. Aceasta este adevărata *pranayama*.[3]

Î: *În* Maha Yoga *se spune că la începutul meditației trebuie să fii atent la respirație, mai precis la inspirație și expirație, iar după ce mintea s-a liniștit într-o anumită măsură, poți să plon-*

[1] S. Natananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p. 6.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 134.
[3] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 701.

jezi în Inimă pentru a căuta izvorul minţii. Am mare nevoie de asemenea indicaţii practice. Pot să urmez această metodă? Este ea corectă?

R: Important este să ucizi cumva mintea. Cei care nu au forţa necesară pentru a urma metoda investigării de sine sunt sfătuiţi să practice *pranayama* ca un mijloc pentru a controla mintea. *Pranayama* este de două tipuri: unul vizează controlarea şi echilibrarea respiraţiei, iar celălalt simpla ei observare.[1]

Î: *Pentru a controla respiraţia, cel mai bun raport între inspiraţie, retenţie şi expiraţie nu este cel de 1:4:2?*

R: Toate aceste raporturi, care uneori nu sunt păstrate printr-o numărătoare, ci prin rostirea unor *mantre*, sunt mijloace pentru controlul respiraţiei. Nimic mai mult. Observarea respiraţiei este şi ea o formă de *pranayama*. Tipul de *pranayama* care presupune inspiraţie, retenţie pozitivă şi expiraţie este mai violent, putând fi nociv în unele cazuri, de exemplu când nu există un Guru competent care să îl călăuzească pe căutător la fiecare pas şi etapă. Dar simpla observare a respiraţiei este uşoară şi nu presupune niciun risc[2].

Î: *Energia* kundalini [kundalini shakti] *se poate manifesta doar la cei care urmează calea yoghină pentru a dobândi putere [*shakti*] sau se poate manifesta şi în cazul celor care urmează calea devoţiunii [*bhakti*] sau a dragostei [*prema*]?*

R: Cine nu are energia *kundalini*? Când se cunoaşte adevăratul nume al acestei *shakti*, ea este numită *akhandakara vritti* [conştiinţă neîntreruptă] sau *aham sphurana* [explozie a „eului"]. *Kundalini shakti* există pentru toată lumea, indiferent de calea pe care o urmează. Doar numele este diferit.

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 32.
[2] *Ibid.*, p. 47.

Î: *Se spune că* shakti *se manifestă treptat, în cinci, zece, o sută și o mie de faze. Câte etape există cu adevărat: cinci, zece, o sută sau o mie?*

R: *Shakti* are o singură fază. Dacă se spune că ea se manifestă în mai multe etape, este numai un fel de a spune. *Shakti* este numai una.

Î: *Un* jnani *îi poate ajuta nu doar pe cei care urmează calea lui, ci și pe alții care urmează alte căi, precum yoga?*

R: Fără îndoială. El poate ajuta oamenii indiferent de calea pe care aleg s-o urmeze. Lucrurile se întâmplă cam așa. Să zicem că trebuie să urcăm un deal. Există multe căi de a-l urca. Dacă el le-ar spune oamenilor să urce pe aceeași cale folosită de el, s-ar putea ca unora să le placă, iar altora nu. Dacă celor cărora nu le place li se cere să urce pe acea cale și numai pe acea cale, nu vor putea să urce. Așadar, un *jnani* ajută oamenii indiferent ce cale ar urma aceștia, oricare ar fi ea. S-ar putea ca oamenii care sunt pe la mijlocul drumului să nu cunoască atuurile și dezavantajele altor căi, dar cel care a urcat până în vârf și stă acolo observându-i pe alții cum urcă poate să vadă toate căile. Prin urmare, el va putea să le spună oamenilor care urcă să se ducă puțin mai într-o parte sau în alta sau cum să evite o capcană. Țelul este același pentru toți[1].

Î: *Cum se poate direcționa* prana *sau forța vitală în* sushumna nadi *[un canal subtil din coloana vertebrală] pentru ca identificarea conștiinței cu trupul [*cit-jada-granthi*] să poată fi nimicită în maniera descrisă în* Sri Ramana Gita?

R: Întrebându-te „Cine sunt eu?" De bună seamă că scopul yoghinului este trezirea și direcționarea energiei *kundalini*

[1] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, pp. 373-4.

astfel încât să urce pe canalul subtil *sushumna*. Scopul unui *jnani* poate fi diferit. Dar amândoi ajung la aceleași rezultate, trimit forța vitală de-a lungul canalului subtil *sushumna* și nimicirea identificării cu trupul [*cit-jada-granthi*]. *Kundalini* nu este decât un alt nume pentru *atma*, Sine sau *shakti*. Spunem că ea este înăuntrul corpului, deoarece ne concepem ca fiind limitați de acest corp. Dar, în realitate, ea este atât înăuntru, cât și în afară, nefiind diferită de Sine sau de puterea [*shakti*] Sinelui.

Î: *Cum să curățăm canalele subtile [*nadi*] astfel încât* kundalini *să poată urca pe* sushumna?

R: Deși yoghinul poate folosi în acest scop anumite metode de control al respirației, metoda unui *jnani* este exclusiv investigarea de sine. Când mintea se contopește în Sine prin această metodă, *shakti* sau *kundalini*, care nu este separată de Sine, se trezește automat[1].

Pentru yoghini, cea mai importantă este trimiterea energiei *kundalini* până la *sahashrara*, centrul corespunzător creierului sau lotusul cu o mie de petale. Ei amintesc afirmația din scripturi potrivit căreia energia vitală intră în corp prin fontanelă, argumentând că, dacă *viyoga* [separarea] s-a ivit pe această cale, yoga [unirea] trebuie să fie indusă pe calea inversă. Prin urmare, spun ei, cu ajutorul practicii yoga, noi trebuie să strângem energiile subtile [*prana*] și să pătrundem în fontanelă pentru desăvârșirea unirii [yoga]. Pe de altă parte, un *jnani* afirmă că yoghinul presupune existența corpului drept ceva separat de Sine. Yoghinul nu poate să recomande eforturi

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, pp. 14-15.

în vederea reunirii prin yoga decât dacă se adoptă această perspectivă a separării.

De fapt, corpul este în minte, ce are creierul drept sediu. Prin teoria despre fontanelă, yoghinii înşişi recunosc că, practic, creierul funcţionează graţie unei lumini împrumutate dintr-o altă sursă. În consecinţă, un *jnani* argumentează că, dacă lumina este împrumutată de altundeva, ea trebuie să provină din sursa ei originară. Mergi direct la sursă, fără să depinzi de resurse luate cu împrumut. Respectiva sursă este Inima, Sinele[1].

Sinele nu provine de niciunde altundeva și nu pătrunde în corp prin calota craniană. El este așa cum este, strălucind mereu, mereu constant, nemişcător şi neschimbător. Individul se închide între limitele unui corp schimbător sau ale unei minți care își trage existența din Sinele neschimbător. Nu trebuie decât să renunţăm la această identitate greşită. Odată ce am făcut asta, se va vedea că Sinele ce străluceşte neîncetat este realitatea unică şi nonduală.

Dacă te concentrezi asupra lotusului cu o mie de petale [*sahasrara*], nu există nicio îndoială că va urma starea extatică de *samadhi*. Cu toate acestea, tendinţele mintale latente [*vasana*] nu sunt distruse. Aşadar, yoghinul este condamnat să se trezească din *samadhi*, deoarece nu s-a ajuns încă la eliberarea de servitute. El trebuie încă să încerce eradicarea tendinţelor mintale inerente în el pentru a nu-i mai tulbura seninătatea stării de *samadhi*. Prin urmare, el coboară din *sahasrara* în Inimă prin canalul subtil numit *jivanadi*, care nu este decât o continuare a canalului *sushumna*. Aşadar, *sushumna* este o

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 366.

curbă. El pornește de la prima *chakra* de jos, urcă prin coloana vertebrală până la creier, iar de acolo cotește în jos, ajungând în Inimă. Când yoghinul a ajuns la Inimă, starea de *samadhi* devine permanentă. Vedem, deci, că Inima este ultimul centru, destinația finală[1].

Î: *Se spune despre practicile din* hatha yoga *că te feresc de boli, fiind recomandate ca niște preliminarii necesare pentru a atinge* jnana yoga.

R: Cei care le recomandă n-au decât să le folosească. Aici experiența ne-a spus altceva. Toate bolile vor fi anihilate cu succes prin investigare de sine conștientă[2]. Dacă pornești de la ideea că sănătatea corpului este necesară pentru sănătatea minții, nu vei înceta niciodată să te îngrijești de corp[3].

Î: *Nu este* hatha *yoga necesară pentru investigarea de sine?*

R: Fiecare găsește o metodă care i se potrivește, din cauza tendințelor latente [*purva samskara*].

Î: *Mai pot practica* hatha *yoga la vârsta mea?*

R: De ce crezi asemenea lucruri? Deoarece ești convins că Sinele îți este exterior, îl dorești și încerci să-l dobândești. Dar tu nu exiști în tot acest timp? De ce pleci din tine însuți și mergi după ceva exterior?

Î: *În tratatul* Aparoksha Anubhuti *se spune că* hatha *yoga este un auxiliar necesar pentru investigarea de sine.*

R: Practicienii de *hatha* yoga afirmă că mențin corpul în formă astfel încât investigarea să poată fi efectuată fără impedimente. Ei mai spun că viața trebuie prelungită pentru ca investigarea să poată fi dusă la bun sfârșit. În plus, mai sunt

[1] *Ibid.*, pp. 575-6.
[2] R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, pp. 35-6.
[3] „Who", *op. cit.*, p. 203.

unii care folosesc în acest scop anumite leacuri [*kayakalpa*]. Exemplul lor favorit este că ecranul trebuie să fie în perfectă stare înainte de a începe pictarea. Da, dar care e ecranul și care e pictura? Conform celor spuse de ei, corpul este ecranul și investigarea de sine este pictura. Dar nu este însuși corpul o pictură pe ecranul Sinelui?

Î: *Dar se spun atât de multe despre* hatha *yoga ca un auxiliar necesar interogării.*

R: Da. Chiar mari erudiți foarte versați în *vedanta* continuă să o practice. Minţile lor nu se vor liniști altfel. Deci se poate spune că ea e utilă pentru cei care nu-și pot liniști mintea altfel[1].

Î: *Ce sunt acele* asana *[posturi sau locuri de practică]? Sunt ele necesare?*

R: În tratatele [*sastra*] yoghine sunt menționate multe *asana* și efectele lor. Locurile de practică sunt pielea de tigru, iarba etc. Posturile sunt „postura lotusului", „postura ușoară" [*sukhasana*] etc. De ce sunt necesare toate acestea doar pentru a te cunoaște pe tine însuți? Adevărul este că eul apare din Sine, se confundă cu trupul, face greșeala de a considera lumea reală, iar apoi, copleșit de amăgiri egoiste, gândește frenetic și caută *asana* [posturi]. O asemenea persoană nu înțelege că el însuși este centrul a toate și, deci, este temeiul a toate.

Rostul unei *asana* este de a-l face să stea ferm în meditație. Unde și cum poate el să rămână ferm dacă nu în propria stare reală? Iată adevărata *asana*[2].

Singura postură [*asana*] fermă și neclintită pentru un *samadhi* perfect este dobândirea statorniciei de a nu te abate

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 584.
[2] *Ibid.*, p. 532.

de la conștiința faptului că singurul temei [*asana*] pe care stă întreg universul este Sinele, care este spațiul cunoașterii veritabile[1].

Î: *În ce* asana *stă de obicei Bhagavan?*

R: În ce *asana*? În *asana* Inimii. Acolo unde este plăcut este *asana* mea. Aceasta se numește *sukhasana*, *asana* bucuriei. Această *asana* a Inimii este senină și oferă bucurie. Nu este nevoie de nicio altă *asana* pentru cei care stau în *sukhasana*[2].

Î: *Gita pare să pună accentul pe* karma *yoga, căci Arjuna este convins să lupte. Sri Krishna însuși dă exemplul printr-o viață activă cu înfăptuiri minunate.*

R: *Gita* începe afirmând că tu nu ești corpul și, prin urmare, nu ești făptuitorul [*karta*].

Î: *Ce înseamnă asta?*

R: Înseamnă că omul trebuie să acționeze fără a crede că el este făptuitorul. Acțiunile vor continua chiar și într-o stare lipsită de eu. Fiecare persoană a apărut pe lume pentru un anumit scop, iar acel scop va fi atins indiferent dacă el se consideră făptuitor sau nu.

Î: *Ce este* karma *yoga? Este nonatașamentul față de* karma *[acțiune] sau roadele sale?*

R: *Karma* yoga este acea yoga în care persoana nu își arogă funcția de făptuitor. Toate acțiunile se petrec automat.

Î: *Este o stare de nonatașament față de roadele acțiunilor?*

R: Întrebarea apare numai dacă există făptuitorul. Toate scripturile spun că nu trebuie să te consideri făptuitor.

Î: *Deci* karma *yoga este* „kartritva buddhi rahita karma" – *acțiune fără sentimentul făptuirii.*

[1] Muruganar, *op. cit.*, v. 690.
[2] S. Nagamma, *op. cit.*, p. 179.

R: Da. Chiar aşa.

Î: Gita *ne învaţă că trebuie să avem o viaţă activă de la început până la capăt.*

R: Da, acţiune fără făptuitor[1].

Î: *Dacă rămâi liniştit, cum se poate perpetua acţiunea? Unde mai este loc pentru* karma *yoga?*

R: Trebuie să înţelegem mai întâi ce este *karma,* a cui *karma* este şi cine este făptuitorul. Analizând aceste probleme şi explorându-le adevărul, eşti obligat să rămâi liniştit într-o identificare totală cu Sinele. Chiar şi în această stare acţiunile vor continua.

Î: *Cum vor continua acţiunile dacă eu nu acţionez?*

R: Cine pune această întrebare: Sinele sau altul? Este Sinele preocupat de acţiuni?

Î: *Nu, nu Sinele. Este altul, diferit de Sine.*

R: Aşadar, este clar că Sinele nu este preocupat de acţiuni şi, deci, întrebarea nici nu apare[2].

Î: *Vreau să practic* karma *yoga. Cum îi pot ajuta pe alţii?*

R: Pe cine ai de ajutat? Cine este „eul" care-i va ajuta pe alţii? Mai întâi, clarifică această problemă, iar apoi totul se va rezolva de la sine[3].

Î: *Asta înseamnă „realizarea Sinelui". Realizarea mea îi ajută pe alţii?*

R: Da, şi ea este cel mai bun ajutor pe care îl poţi oferi celorlalţi. Dar de fapt nici nu există alţii care să fie ajutaţi. Căci fiinţa realizată vede numai Sinele, aşa cum aurarul vede numai aurul când îl estimează în diferite bijuterii făcute din aur.

---

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 599-600.
[2] *Ibid.*, p. 414.
[3] R. Swarnagiri, *op. cit.*, pp. 30-1.

Când te identifici cu trupul, apar numele şi forma. Dar când depăşeşti acest nivel de conştiinţă, numele şi forma dispar la rândul lor. Cel realizat nu vede lumea ca pe ceva diferit de sine însuşi.

Î: *N-ar fi mai bine ca sfinţii să se amestece cu alţi oameni pentru a-i ajuta?*

R: Nu există alţii cu care să se amestece. Sinele este singura realitate[1].

Înţeleptul ajută lumea prin simplul fapt de a fi Sinele real. Cel mai bun mod prin care cineva poate sluji lumea este să dobândească starea lipsită de eu. Dacă eşti nerăbdător să ajuţi lumea, dar crezi că nu o poţi face dobândind starea lipsită de eu, atunci predă lui Dumnezeu toate problemele lumii, împreună cu ale tale[2].

Î: *N-ar trebui să încerc să ajut lumea care suferă?*

R: Puterea care te-a creat a creat şi lumea. Dacă poţi avea grijă de tine, în acelaşi fel poţi avea grijă şi de lume. Dacă Dumnezeu a creat lumea, e treaba Lui să aibă grijă de ea, nu e treaba ta[3].

Î: *Este îndreptăţită dorinţa de independenţă politică [*swaraj*]?*

R: O asemenea dorinţă începe, desigur, cu interesul faţă de sine. Totuşi, activitatea practică în vederea acestui scop duce la o lărgire treptată a perspectivei, astfel că individul sfârşeşte prin a se contopi cu ţara. O asemenea contopire a individualităţii este de dorit, iar *karma* asociată ei este *nishkarma* [altruistă].

---

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 34.
[2] „Who", *op. cit.*, pp. 197-8.
[3] T. N. Venkataraman, *op. cit.*, p. 34.

Î: *Dacă independența politică [*swaraj*] este dobândită după o luptă îndelungată și după sacrificii grele, individul nu găsește niciun temei să fie mulțumit de rezultat și să jubileze.*

R: În decursul activității sale, el trebuie să se abandoneze unei puteri mai înalte, a cărei forță trebuie să o conștientizeze mereu, fără s-o piardă niciodată din vedere. Cum poate să jubileze? Nici măcar n-ar trebui să-i pese de rezultatul acțiunilor sale. Doar atunci *karma* devine altruistă[1].

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 484.

PARTEA A CINCEA

Experienţa

Nu există grade ale realităţii. Există grade ale experienţei pentru individ, dar nu ale realităţii. Oricare ar fi experienţele, cel care trăieşte experienţa este unul şi acelaşi.[1]

Sinele este cu siguranţă accesibil experienţei directe a fiecăruia, dar nu aşa cum ni-l imaginăm că este. El nu este decât aşa cum este.[2]

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 116-17.
[2] *Ibid.*, p. 123.

CAPITOLUL 14

Samadhi

Cuvântul *samadhi* este foarte folosit în scrierile aparținând tradițiilor spirituale din Orient pentru a desemna o etapă avansată a meditației, în care survine o experiență conștientă a Sinelui sau o absorbție intensă și netulburată în obiectul meditației. Diferitele școli au descris multe grade și subdiviziuni ale stării *samadhi*, fiecare școală și religie având tendința de a veni cu propriile categorii și terminologie.

Clasificarea pe care o folosea de regulă Sri Ramana împarte diferitele stări *samadhi* în trei subdiviziuni, după cum urmează:

1 *Sahaja nirvikalpa samadhi.* Aceasta este starea unui *jnani* care a ajuns să-și elimine definitiv eul. *Sahaja* înseamnă „natural", iar *nirvikalpa* înseamnă „fără diferențe". Un *jnani* ajuns în această stare este capabil să opereze firesc în lume, la fel ca oricare om obișnuit. Știind că el este Sinele, un *sahaja jnani* nu vede nicio diferență între el și lume. Pentru o astfel de persoană, fiecare lucru este o manifestare a Sinelui indivizibil.

2 *Kevala nirvikalpa samadhi.* Aceasta este starea imediat anterioară realizării Sinelui. În această stare survine o conștientizare a Sinelui temporară, dar lipsită de efort, însă eul nu a fost definitiv eliminat. Starea este

caracterizată de absenţa percepţiei corporale. Deşi în această stare există o conştientizare temporară a Sinelui, individul nu poate să perceapă informaţiile venite de la simţuri, nici să acţioneze în lume. Când revine percepţia corpului, eul reapare.

3 *Savikalpa Samadhi.* În această stare, conştientizarea Sinelui este menţinută printr-un efort constant. Continuitatea stării depinde în totalitate de efortul depus pentru a o menţine. Când atenţia de Sine fluctuează, conştientizarea Sinelui se estompează.

Următoarele definiţii date de Sri Ramana ar trebuie să fie suficiente pentru a-i călăuzi pe neiniţiaţi prin jungla terminologică a *samadhi*-ului.

1 Ancorarea în realitate este *samadhi.*

2 Ancorarea în realitate cu efort este *savikalpa samadhi.*

3 Contopirea în realitate fără a fi conştient de lume este *nirvikalpa samadhi.*

4 Scufundarea în ignoranţă fără a fi conştient de lume este somn.

5 Persistenţa lipsită de efort în starea primordială şi pură este *sahaja nirvikalpa samadhi.*[1]

Î: *Ce este* samadhi?

R: *Samadhi* este doar acea stare în care mintea calmă ajunge la experienţa neîntreruptă a existenţei conştiinţei. Re-

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 357-8.

alitatea lui Dumnezeu este doar acea minte calmă care a avut fericirea de a dobândi Sinele suprem şi nemărginit[1].

Când mintea este în comuniune cu Sinele în beznă, stării i se spune *nidra* [somn], cu alte cuvinte, cufundarea minţii în ignoranţă. Imersiunea într-o stare conştientă sau de veghe este numită *samadhi*. *Samadhi* este prezenţa continuă în Sine, în stare de veghe. *Nidra* sau somnul este, de asemenea, prezenţă în Sine, dar într-o stare inconştientă. În *sahaja samadhi* comuniunea este continuă.

Î: *Ce sunt* kevala nirvikalpa samadhi *şi* sahaja nirvikalpa samadhi?

R: *Kevala nirvikalpa samadhi* este cufundarea minţii în Sine, dar fără nimicirea ei. În această stare nu eşti liber de tendinţele mintale [*vasana*] şi, deci, nu poţi dobândi *mukti*. Numai după ce tendinţele mintale au fost distruse poţi ajunge la eliberare.

Î: *Când se poate practica* sahaja samadhi?

R: Chiar de la început. Deşi practici *kevala nirvikalpa samadhi* ani în şir, dacă nu ai eradicat tendinţele mintale, nu vei ajunge la eliberare[2].

Î: *Cum pot înţelege mai bine diferenţa dintre* savikalpa *şi* nirvikalpa?

R: Persistenţa în starea supremă este *samadhi*. Când ea presupune efort din cauza interferenţelor mintale, este *savikalpa*. Când aceste interferenţe nu există, este *nirvikalpa*. Rămânerea permanentă şi fără efort în starea primordială este *sahaja*.[3]

[1] Muruganar, *Guru Vachara Kovai* v. 898.
[2] R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, p. 42.
[3] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 89.

Î: *Este* nirvikalpa samadhi *absolut necesar înainte de a ajunge la* sahaja?

R: Rămânerea permanentă în oricare dintre aceste stări de *samadhi* – *savikalpa* sau *nirvikalpa* – este *sahaja* [starea naturală]. Ce este percepţia corpului? Este corpul lipsit de simţire plus conştiinţa. Ambele trebuie să se afle într-o altă conştiinţă care este absolută şi neinfluenţată şi care rămâne aşa cum e dintotdeauna, cu sau fără percepţia corpului. Ce contează dacă percepţia corpului se pierde sau nu, dacă eşti ancorat în conştiinţa pură? Absenţa totală a percepţiei corpului are avantajul de a face starea de *samadhi* mai intensă, deşi acest lucru nu are nicio importanţă în cunoaşterea realităţii ultime[1].

Î: *Este starea de* samadhi *identică cu* turiya, *cea de-a patra stare?*

R: Toate aceste stări, *samadhi, turyia* şi *nirvikalpa*, implică acelaşi lucru: conştientizarea Sinelui. *Turiya* înseamnă literalmente cea de-a patra stare, conştiinţa supremă, care este distinctă de celelalte trei stări: veghea, visul şi somnul fără vise. Cea de-a patra stare este veşnică, iar celelalte trei stări vin şi pleacă înăuntrul ei. În starea de *turiya* există conştiinţa faptului că mintea a fuzionat cu sursa ei, Inima, şi este în repaus acolo, deşi unele gânduri încă o mai influenţează, iar simţurile sunt încă relativ active. În *nirvikalpa*, simţurile sunt inactive şi gândurile sunt total absente. Aşadar, în această stare, experienţa conştiinţei pure este intensă şi euforică. *Turiya* se poate dobândi în *savikalpa samadhi*[2].

Î: *Care este diferenţa dintre fericirea pe care o avem în timpul somnului şi cea din timpul stării* turiya?

[1] *Ibid.*, p. 88.
[2] *Ibid.*, p. 87.

R: Nu există fericiri diferite. Există o singură fericire care include fericirea pe care o avem în starea de veghe, fericirea tuturor ființelor, de la animalul cel mai bicisnic până la cel mai înalt Brahma. Acea fericire este fericirea Sinelui. Fericirea de care avem parte inconștient în timpul somnului este trăită conștient în *turiya* – iată singura diferență. Fericirea de care avem parte în starea de veghe este de mâna a doua, fiind un accesoriu al adevăratei fericiri [*upadhi ananda*].[1]

Î: *Este* samadhi-*ul descris ca a opta etapă din* raja *yoga, identic cu* samadhi-*ul despre care vorbiți?*

R: În yoga, termenul *samadhi* se referă la un fel de transă, existând mai multe varietăți de *samadhi*. Dar *samadhi*-ul despre care vorbesc este diferit. El este *sahaja samadhi*. În această stare, ai *samadhana* [continuitate], rămânând calm și netulburat chiar și când ești activ. Atunci realizezi că ești pus în mișcare de Sinele mai profund și real din interior. Nu ai griji, neliniști nici necazuri, căci ai ajuns să-ți dai seama că nu există nimic care să-ți aparțină. Știi că toate sunt făcute de către ceva cu care te afli într-o uniune conștientă.

Î: *Dacă* sahaja samadhi *este starea optimă, nu mai este nevoie de* nirvikalpa samadhi?

R: *Nirvikalpa samadhi* din *raja* yoga poate fi util. Dar în *jnana* yoga însăși această stare naturală [*sahaja sthiti*] sau persistența în starea naturală [*sahaja nishtha*] este starea de *nirvikalpa*. În această stare naturală mintea este eliberată de orice dubii, nefiind nevoită să oscileze între alternativele posibilităților și probabilităților. În această stare, mintea nu vede diferențe [*vikalpa*] de niciun fel. Ea este sigură de adevăr deoarece

[1] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 116.

simte prezenţa realului. Chiar şi când este activă, mintea ştie că este activă în sânul realităţii, al Sinelui, al fiinţei supreme[1].

Î: *Care este diferenţa dintre somnul profund,* laya *[o stare asemănătoare transei în care mintea este temporar inactivă] şi* samadhi*?*

R: În timpul somnului profund, mintea este suspendată, dar nu distrusă. Ceea ce este suspendat reapare. Asta se poate întâmpla şi în meditaţie. Dar mintea care este distrusă nu poate să apară din nou. Scopul yoghinului trebuie să fie de a o distruge, nu de a se cufunda în *laya.* Din starea de pace a meditaţiei se iveşte uneori *laya,* dar nu este suficient. Acesteia trebuie să i se adauge alte practici pentru distrugerea minţii. Unii au intrat într-un *samadhi* yoghin cu un gând frivol şi s-au trezit după multă vreme luând urma aceluiaşi gând. Între timp, prin lume s-au perindat generaţii întregi. Un asemenea yoghin nu şi-a distrus mintea. Adevărata distrugere a minţii este nerecunoaşterea ei drept ceva separat de Sine. Chiar şi în momentul de faţă mintea nu este. Recunoaşte acest fapt. Cum o poţi face dacă nu în activităţi cotidiene care se petrec automat? Recunoaşte că mintea care le susţine nu este reală, fiind doar o nălucă izvorâtă din Sine. Iată cum se distruge mintea[2].

Î: *Cel care meditează poate fi afectat de tulburări fizice în timpul* nirvikalpa samadhi? *Am o dispută pe această temă cu prietenul meu.*

R: Amândoi aveţi dreptate. Unul dintre voi se referă la *kevala,* iar celălalt la *sahaja samadhi.* În ambele cazuri, mintea este cufundată în bucuria Sinelui. În primul caz, schimbările fizice îl pot tulbura pe cel care meditează, deoarece mintea nu

[1] K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, pp. xi-xii.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 79.

s-a stins de tot. Ea supravieţuieşte încă, putând să se reactiveze în orice moment, ca după un somn profund. Mintea a fost comparată cu o găleată care, deşi este complet cufundată în apă, poate fi trasă afară cu o frânghie care este încă prinsă de ea. În *sahaja* mintea s-a scufundat complet în Sine, precum găleata care a căzut în fântână împreună cu frânghia ei. În *sahaja* nu mai există nimic care să fie tulburat sau tras înapoi în lume. Activităţile individului seamănă în acest caz cu cea a copilului care suge lapte de la sânul mamei în timp ce doarme, nefiind aproape deloc conştient de hrănire[1].

Î: *Cum poate cineva să trăiască activ în lume într-o asemenea stare?*

R: Cel care se obişnuieşte în chip firesc cu meditaţia şi căruia îi place bucuria specifică meditaţiei nu va ieşi din *samadhi* indiferent ce activitate exterioară face, indiferent ce gânduri i-ar veni. Aceasta este starea de *sahaja nirvikalpa*[2]. *Sahaja nirvikalpa* este *nasa* [distrugere totală a minţii], în vreme ce *kevala nirvikalpa* este *laya* [suspendare temporară a activităţilor minţii]. Cei care sunt în *laya samadhi* vor fi nevoiţi din când în când să-şi readucă mintea sub control. Dacă mintea este distrusă, cum este cazul în *sahaja samadhi*, ea nu va reapărea. Orice ar face asemenea oameni este doar ceva cu totul secundar, căci ei nu vor reveni niciodată din starea lor elevată.

Cei care sunt în *kevala nirvikalpa* nu sunt nişte fiinţe realizate, ei sunt încă nişte căutători. Cei care sunt în starea de *sahaja nirvikalpa* sunt ca o lumină într-un loc fără vânt sau ca oceanul fără valuri; cu alte cuvinte, în ei nu există mişcare. Ei

[1] S. Cohen, *op. cit.*, pp. 89-90.
[2] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 269.

nu pot descoperi nimic care să fie diferit de ei înșiși. Pentru cei care nu ating această stare, totul pare să fie diferit de ei înșiși[1].

Î: *Experiența stării de* kevala nirvikalpa *este aceeași cu experiența stării de* sahaja, *deși individul decade din ea, revenind în lumea relativă?*

R: Nu există nici decădere, nici urcare – cel care urcă și coboară nu este real. În *kevala nirvikalpa*, găleata (mintea) încă există sub apă, putând fi scoasă în orice moment. *Sahaja* este ca râul care se varsă în ocean, de unde nu mai există cale de întoarcere. De ce pui toate aceste întrebări? Continuă să practici până când vei avea parte chiar de experiența respectivă[2].

Î: *Ce rost are starea de* samadhi – *gândul mai supraviețuiește atunci?*

R: Doar starea de *samadhi* poate destăinui adevărul. Gândurile aruncă un văl asupra realității, așa că adevărul nu este realizat ca atare în alte stări diferite de *samadhi.*

În *samadhi* nu există decât percepția „eu sunt", fără gânduri. Starea de „Eu sunt" este „a fi liniștit".

Î: *Cum pot repeta experiența* samadhi *sau liniștea pe care o resimt aici în prezența ta?*

R: Experiența ta de acum se datorează atmosferei în care te găsești. O poți avea în afara acestei atmosfere? Experiența este sporadică. Până când va deveni permanentă, este nevoie de exercițiu[3].

Î: *Este* samadhi *o stare de calm și pace?*

R: *Samadhi* nu este decât acea claritate senină care este lipsită de orice freamăt mintal – iată temeiul solid al eliberă-

---

[1] *Ibid.*, p. 270.
[2] S. Cohen, *op. cit.*, p. 90.
[3] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 32.

rii. Încercând din tot sufletul să nimiceşti amăgitoarea agitaţie mintală, vei avea parte de *samadhi* ca spaţiu de conştiinţă senin, care este totuna cu limpezimea interioară[1].

Î: *Care este diferenţa între un* samadhi *lăuntric şi unul exterior?*

R: *Samadhi*-ul exterior este ancorarea la realitate în timp ce eşti martorul lumii, fără a reacţiona lăuntric. Este ca liniştea unui ocean fără valuri. *Samadhi*-ul lăuntric presupune o pierdere a percepţiei corpului.

Î: *Mintea nu se cufundă în această stare nici măcar pentru o secundă.*

R: Este necesară o convingere fermă că „Eu sunt Sinele, care transcende mintea şi fenomenele".

Î: *Cu toate acestea, mintea se dovedeşte a fi un obstacol de netrecut, care sabotează toate încercările de cufundare în Sine.*

R: Ce contează dacă mintea este activă? Ea este astfel numai pe substratul Sinelui. Menţine Sinele chiar şi în timpul activităţilor mintale[2].

Î: *Am citit într-o carte despre Ramakrishna scrisă de Romain Rolland că* nirvikalpa samadhi *este o experienţă groaznică şi terifiantă. Este* nirvikalpa *chiar atât de groaznică? Ne apucăm de toate aceste practici obositoare de meditaţie şi purificare doar pentru a sfârşi într-o stare de groază? Ne vom transforma în nişte cadavre vii?*

Î: Oamenii au tot felul de idei despre *nirvikalpa*. De ce să vorbim despre Romain Rolland? Dacă cei care au la dispoziţie toate *Upanişadele* şi toată tradiţia vedantină au idei fanteziste

---

[1] Muruganar, *op. cit.*, v. 919.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 381-2.

în legătură cu *nirvikalpa*, cine poate învinovăți un occidental că are idei similare?

Prin intermediul unor exerciții de respirație, unii yoghini își induc o stare de catalepsie mult mai profundă decât somnul fără vise, în care ei nu percep nimic, absolut nimic, și pe care o ridică în slăvi ca fiind *nirvikalpa*. Alții cred că, odată ce ai plonjat în *nirvikalpa*, devii o ființă cu totul diferită. Mai sunt alții care consideră că se poate ajunge la *nirvikalpa* numai într-o stare de transă în care percepția lumii este complet eradicată, ca în cazul unui leșin. Toate acestea se datorează faptului că ei îl privesc dintr-un punct de vedere intelectual.

Nirvikalpa este *cit* – conștientizare lipsită de efort și de formă. Unde intervine groaza și unde este marele mister în faptul de a fi tu însuți? În cazul unor oameni ale căror minți s-au pregătit printr-o practică îndelungată în trecut, *nirvikalpa* survine brusc ca o viitură, dar în cazul altora, ea survine pe parcursul practicii lor spirituale, o practică ce erodează lent gândurile blocante, revelând ecranul conștienței pure „Eu-Eu". Prin continuarea practicii, ecranul va fi conștientizat în permanență. Aceasta este realizarea Sinelui, *mukti* sau *sahaja samadhi*, starea naturală și lipsită de efort[1]. Adevărata natură a unei stări *nirvikalpa* statornice este mai mult decât simpla nepercepere a diferențelor [*vikalpa*] exterioare. *Nirvikalpa* veritabilă constă în neivirea diferențelor [*vikalpa*] în mintea moartă.

Î: *Când mintea începe să revină în Sine, apare deseori o senzație de frică.*

---

[1] S. Cohen, *op. cit.*, pp. 86-7.

R: Frica şi tremurul pe care le resimte cineva intrând în *samadhi* sunt datorate celor din urmă vestigii ale eului care mai persistă încă în conştiinţă. Dar când ele vor dispărea complet, fără a lăsa nicio urmă, individul rămâne doar ca spaţiu al conştiinţei pure, unde nu mai există decât bucurie, iar tremurul încetează[1].

Î: *Este* samadhi *o stare de beatitudine sau una extatică?*

R: În *samadhi* nu există decât seninătate desăvârşită. Extazul apare când mintea se reactivează la sfârşitul stării de *samadhi*, odată cu amintirea păcii din *samadhi*. În devoţiune apare mai întâi extazul, manifestându-se prin lacrimi de bucurie, păr vâlvoi şi poticneli în vorbire. Când, în cele din urmă, eul moare şi se dobândeşte *sahaja,* aceste simptome dispar, împreună cu stările extatice[2].

Î: *Dacă individul ajunge la* samadhi, *nu se dobândesc şi anumite puteri supranaturale [*siddhi*]?*

R: Pentru a vădi puterile supranaturale [*siddhi*], trebuie să existe alţi oameni care să le recunoască. Asta înseamnă că nu este *jnana* în cel care le vădeşte. Prin urmare, nici nu merită să ne gândim la puterile supranaturale [*siddhi*]. Trebuie să avem ca scop doar *jnana*. Ea trebuie dobândită[3].

Î: *În* Mandukya Upanishad *se spune că fără experienţa stării de* samadhi, *cea de-a opta şi ultima etapă din* yoga, *nu poate exista eliberare [*moksha*], oricât de multă meditaţie [*dhyana*] sau asceză fizică s-ar practica. Aşa stau lucrurile?*

---

[1] Muruganar, *op. cit.*, vv. 893, 174.
[2] „Who", *Maha Yoga*, pp. 202-3.
[3] T. N. Venkataraman, *op. cit.*, p. 34.

R: Înțelese corect, ele sunt identice. Nu contează dacă o numești meditație, asceză, absorbție sau oricum altcumva. Ceea ce este constant, continuu precum curgerea uleiului, este asceză, meditație și absorbție. A fi propriul Sine este *samadhi.*

Î: *Dar în* Mandukya Upanishad *se spune că trebuie să se ajungă neapărat la experiența stării de* samadhi *înainte de a dobândi eliberarea.*

R: Și cine spune că nu este așa? Nu doar în *Mandukya Upanishad* se afirmă asta, ci în toate cărțile din vechime. Dar un *samadhi* este veritabil doar dacă îți cunoști Sinele. Ce rost are să stai nemișcat o vreme ca un obiect lipsit de viață? Să zicem că ai un furuncul pe mână și ești operat sub anestezie. Nu simți nicio durere la momentul respectiv, dar înseamnă asta că erai în *samadhi?* Tot așa este și cu asta. Trebuie să știi ce este un *samadhi.* Și cum îl poți cunoaște fără să-ți cunoști Sinele? Dacă Sinele este cunoscut, starea de *samadhi* va fi cunoscută automat[1].

Samadhi este starea ta naturală. Ea este subiacentă tuturor celor trei stări: veghea, visul și somnul. Sinele nu este în aceste stări, dar aceste stări sunt în Sine. Dacă ajungem la *samadhi* în starea de veghe, această stare va persista și în timpul somnului profund. Distincția dintre conștient și inconștient ține de sfera minții, care este depășită de starea Sinelui real[2].

Î: *Prin urmare, trebuie să încercăm mereu să ajungem în starea de* samadhi?

---

[1] S. Nagamma, *op. cit.*, pp. 239-40.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 121.

R: Înțelepții spun că numai acea stare de echilibru care este lipsită de eu numită *mauna-samadhi* [*samadhi*-ul tăcerii] este punctul culminant al cunoașterii. Până când vei ajunge la *mauna-samadhi,* starea în care ești realitatea lipsită de eu, fixează-ți ca scop doar anihilarea „eului" [1].

[1] Muruganar, *op. cit.*, v. 895.

CAPITOLUL 15

Viziunile și puterile supranaturale

Uneori, meditația are niște efecte secundare spectaculoase; este posibil să apară viziuni ale zeilor și, mai rar, se dobândesc anumite puteri supranaturale precum clarviziunea și telepatia, ambele putând fi cultivate deliberat. Uneori, concentrarea asupra unei imagini mintale poate avea ca rezultat apariția unor viziuni, mai ales dacă starea de concentrare este însoțită de devotament sau dacă există dorința nestrămutată ca viziunile să apară. Puterile supranaturale (*siddhi*) pot fi dobândite și prin intermediul unor tehnici yoghine speciale. În tratatul lui Patanjali *Yoga Sutra*, textul fundamental din yoga, sunt menționate câteva exerciții care accelerează formarea a opt puteri supranaturale (*siddhi*), de la invizibilitate până la mersul pe apă.

Sri Ramana nu își încuraja discipolii în căutarea deliberată a viziunilor sau puterilor supranaturale, precizând că ele sunt produse ale minții ce mai degrabă împiedică decât facilitează realizarea Sinelui. Dacă viziunile apar spontan, Ramana admitea uneori că acestea sunt un semn de progres, dar adăuga de obicei că ele sunt doar niște experiențe temporare din plan mintal, aflate, deci, „sub planul în care se realizează Sinele”[1].

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 357.

Dacă puterile supranaturale (*siddhi)* ar apărea spontan, el evidenția pericolul atașamentului față de ele, explicând că, după toate probabilitățile, asemenea puteri vor da apă la moară eului în loc să-l elimine și că dorința de a poseda puteri supranaturale (*siddhi)* și dorința de realizare a Sinelui se exclud reciproc.

Sinele este o ființă cât se poate de apropiată și eternă, în vreme ce puterile supranaturale (*siddhis*) sunt străine. Puterile supranaturale (*siddhi*) sunt dobândite prin efort, în vreme ce Sinele nu se dobândește astfel. Puterile sunt căutate de minte, care trebuie menținută într-o continuă activitate, în vreme ce Sinele este realizat când mintea este distrusă. Puterile se manifestă doar când există eul. Sinele este dincolo de eu și este realizat numai după eliminarea eului[1].

Î: *I-am povestit odată lui Bhagavan că am avut o viziune a lui Shiva chiar în perioada când m-am convertit la hinduism. Am trăit o experiență similară la Courtallam. Aceste viziuni sunt pasagere, dar mă bucură mult. Vreau să știu ce s-ar putea face pentru ca ele să fie permanente și continue. Fără Shiva, tot ceea ce văd în jurul meu este lipsit de viață. Sunt atât de fericit să mă gândesc la el. Te rog, spune-mi cum să fac ca viziunea lui să nu mă părăsească niciodată.*

R: Vorbești despre o viziune a lui Shiva. O viziune este întotdeauna a unui obiect, ceea ce presupune existența unui subiect. Valoarea viziunii este aceeași cu valoarea celui care o vede. Mai precis, natura viziunii se află pe același plan cu natura celui care o vede. Apariția presupune, de asemenea, dis-

[1] *Ibid.*, p. 550.

pariţie. Orice apare trebuie să şi dispară. O viziune nu poate fi veşnică. Dar Shiva este veşnic.

Viziunea presupune existenţa unui văzător. Acesta din urmă nu poate nega existenţa Sinelui. Nu există vreun moment în care Sinele – conştiinţa – să nu existe, după cum nici văzătorul nu poate să fie separat de conştiinţă. Această conştiinţă este fiinţa eternă, fiinţa unică. Văzătorul nu se poate vedea pe sine însuşi. Îşi neagă el existenţa din cauză că nu se poate vedea cu ochii, ca într-o viziune? Nu. Prin urmare, *pratyaksha* [experienţa directă] nu înseamnă a vedea, ci a fi.

A fi este a realiza. Prin urmare, „Eu sunt Cel ce sunt". „Eu sunt" este Shiva. Nimic altceva nu poate fi în lipsa lui. Fiecare lucru îşi are fiinţa în Shiva şi din cauza lui Shiva.

Aşadar, întreabă: „Cine sunt eu?" Cufundă-te adânc în tine, stăruind în identificarea cu Sinele. Acela este Shiva ca fiinţă. Nu te aştepta să mai ai viziuni cu el. Ce diferenţă este între obiectele pe care le vezi şi Shiva? El este atât subiectul, cât şi obiectul. Tu nu poţi fi fără Shiva deoarece Shiva este realizat mereu aici şi acum. Greşeşti crezând că nu l-ai realizat. Această convingere este obstacolul care nu îngăduie realizarea lui Shiva. Renunţă la acest gând şi realizarea este prezentă.

Î: *Da. Dar cum o pot face să apară cât mai repede?*

R: Iată obstacolul din calea realizării. Poate individul să existe fără Shiva? Chiar şi acum el este una cu tine. Nu este o chestiune de timp. Dacă ar exista o clipă de nerealizare, ar putea să apară problema realizării. Dar, de fapt, tu nu poţi fi fără el. El este deja realizat, dintotdeauna realizat şi niciodată ne-realizat[1].

---

[1] *Ibid.*, pp. 423-5.

Î: *Aş vrea să am parte de realizarea directă [*sakshatkara*] a lui Sri Krishna. Ce ar trebui să fac pentru a o dobândi?*

R: Cum îl concepi pe Sri Krishna şi ce înţelegi prin *sakshatkara?*

Î: *Mă refer la Sri Krishna care a trăit la Brindavan şi vreau să îl văd aşa cum l-au văzut discipolele lui [*gopis*].*

R: Tu crezi că el este o ființă umană sau cineva cu o formă umană, fiul lui cutare, în vreme ce el însuşi a spus: „Eu sunt în Inima tuturor ființelor, eu sunt începutul, mijlocul şi sfârşitul tuturor formelor de viață". El trebuie să fie înăuntrul tău, aşa cum este înăuntrul tuturor ființelor. El este Sinele tău sau Sinele Sinelui tău. Aşadar, dacă vezi această entitate [Sinele] sau o realizezi în chip nemijlocit prin *sakshatkara*, îl vei realiza nemijlocit pe Krishna. Realizarea nemijlocită a Sinelui şi realizarea nemijlocită a lui Krishna nu pot fi diferite. Cu toate acestea, pentru a-ţi urma propria cale, abandonează-te total lui Krishna şi lasă în seama lui acordarea acelei *sakshatkara* pe care o doreşti[1].

Î: *Este posibil să vorbeşti cu* Iswara *[*Dumnezeu*] aşa cum a făcut Sri Ramakrishna?*

R: Dacă vorbim unul cu altul, de ce n-am vorbi şi cu *Iswara* în acelaşi fel?

Î: *Atunci de ce nu ni se întâmplă asta?*

R: Pentru aşa ceva este nevoie de puritate, forță mintală şi exercițiu în meditație.

Î: *Dumnezeu devine manifest dacă se împlinesc condițiile menționate?*

[1] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 184-5.

R: Asemenea manifestări sunt la fel de reale ca propria ta realitate. Cu alte cuvinte, când te identifici pe tine însuți cu trupul, așa cum se întâmplă în starea de veghe, vezi obiecte grosiere. Când te afli în corpul subtil sau în planul mintal, așa cum se întâmplă în vise, vezi obiecte la fel de subtile. În absența oricăror identificări, ca în somnul profund fără vise, nu vezi nimic. Obiectele văzute au o relație directă cu starea văzătorului. Același lucru este valabil și pentru viziunile lui Dumnezeu.

Meditând o lungă perioadă asupra chipului lui Dumnezeu, el va apărea în vise, ulterior putând să apară și în starea de veghe[1].

Î: *Mulți dintre cei care vin aici îmi spun că au viziuni sau fluxuri mintale de la tine. Mă aflu aici de o lună și jumătate și încă nu am avut nicio experiență de acest tip. Să fie pentru că nu sunt vrednic de harul tău?*

R: Avem viziuni sau fluxuri mintale în funcție de starea noastră de spirit. Ea depinde de indivizi, și nu de prezența universală. În plus, ele sunt irelevante. Ceea ce contează este pacea sufletească[2].

Ce înseamnă realizarea? Înseamnă să-l vezi pe Dumnezeu cu patru mâini, ținând o cochilie, o roată și o bâtă? Chiar dacă Dumnezeu ar apărea sub această formă, cum ar putea ea să elimine ignoranța discipolului? Adevărul trebuie să fie realizarea veșnică. Percepția directă este o experiență mereu prezentă. Însuși Dumnezeu este cunoscut când este perceput direct. Asta nu înseamnă că el apare în fața devotului într-o anumită formă. Dacă realizarea nu este veșnică, ea nu poate sluji la nimic. Poate fi apariția lui Dumnezeu cu patru mâini

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 355.
[2] *Ibid.*, pp. 278-9.

realizarea veşnică? Această apariţie ţine de domeniul fenomenelor şi este iluzorie. Trebuie să existe un văzător. Numai văzătorul este real şi etern.

Să zicem că Dumnezeu apare ca lumina a o mie de sori. Este o asemenea apariţie *pratyaksha* [experienţă directă]? Pentru a avea o viziune a lui Dumnezeu este nevoie de ochi şi de minte. O asemenea viziune este o cunoaştere indirectă, în vreme ce văzătorul este o experienţă directă. Numai văzătorul este *pratyaksha*[1].

Î: *Oamenii vorbesc despre Vaikuntha, Kailasa, Indraloka, Chandraloka [paradisurile hinduse]. Există ele cu adevărat?*

R: Negreșit. Poți fi sigur că toate aceste locuri există. Acolo se va găsi și un swami ca mine, care stă pe o canapea cu discipoli așezați în jurul lui. Ei vor pune câte o întrebare, iar el va răspunde spunând câte ceva. Toate vor fi cam așa. Ce importanță au aceste lucruri? Dacă vezi Chandraloka, vei dori să vezi Indraloka, iar după Indraloka, Vaikuntha, după Vaikuntha, Kailasa şi aşa mai departe, iar mintea hoinăreşte în continuare. Unde este *shanti* [pacea]? Dacă se ajunge la *shanti*, singura modalitate de a o stabiliza este investigarea de sine. Investigarea de sine face posibilă realizarea Sinelui. Dacă realizezi Sinele, poţi vedea toate aceste lumi înăuntrul Sinelui propriu. Izvorul tuturor lucrurilor este propriul Sine, iar dacă realizezi Sinele, nu vei descoperi nimic diferit de Sine. Atunci aceste întrebări nu vor mai apărea. Vaikuntha sau Kailasa s-ar putea să existe sau să nu existe, dar faptul este că te afli aici, nu-i aşa? Cum de eşti aici? Unde eşti? Abia după ce vei cu-

[1] *Ibid.*, p. 442.

noaşte aceste lucruri, te mai poţi gândi la toate lumile despre care vorbeai[1].

Î: *Puterile supranaturale* [siddhi] *menţionate de Patanjali* în Yoga Sutra *sunt reale sau doar nişte vise de-ale lui?*

R: Cel care este *Brahman* sau Sinele nu va pune preţ pe aceste *siddhi*. Însuşi Patanjali spune că ele sunt exercitate prin intermediul minţii şi că întârzie realizarea Sinelui.

Î: *Cum rămâne cu puterile aşa-zişilor supraoameni?*

R: Fie că puterile sunt superioare sau inferioare, fie că provin dintr-o minte obişnuită sau dintr-o minte extraordinară, ele există numai în funcţie de cel care deţine puterea. Află cine este acela[2].

Î: *Dobândirea puterilor supranaturale este o parte a itinerarului spiritual sau ea este contrară eliberării* [mukti]*?*

R: Cea mai elevată putere supranaturală [*siddhi*] este realizarea Sinelui, deoarece odată ce ai realizat adevărul nu mai eşti atras de calea ignoranţei.

Î: *Atunci care este rostul acestor* siddhi?

R: Există două feluri de puteri supranaturale, iar unul dintre ele poate fi într-adevăr un obstacol în calea realizării. Se spune că puterile supranaturale pot fi dobândite cu ajutorul *mantrelor*, al unei substanţe cu puteri oculte, printr-o asceză corporală severă sau printr-un anumit tip de *samadhi*. Dar aceste puteri nu sunt un mijloc în vederea cunoaşterii Sinelui, deoarece, chiar dacă le dobândeşti, poţi să rămâi în ignoranţă.

Î: *Care sunt puterile de celălalt tip?*

R: Ele sunt nişte manifestări ale puterii şi cunoaşterii care îţi devin de-a dreptul fireşti când ai realizat Sinele. Aceste pu-

[1] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 46.
[2] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 232.

teri supranaturale [*siddhi*] sunt efecte ale practicilor [*tapa*] normale şi fireşti pentru un om ce a realizat Sinele. Aceste puteri vin de bunăvoie, ele sunt dăruite de Dumnezeu. Ele vin în conformitate cu destinul individului, dar fie că apar sau nu, un *jnani* bine ancorat în pacea absolută nu va fi tulburat de ele. Căci el cunoaşte Sinele, iar această cunoaştere este puterea supranaturală [*sidhhi*] de nezdruncinat. Dar aceste puteri supranaturale nu apar în urma eforturilor de a le obține. Când vei fi în starea de realizare, vei ști care sunt aceste puteri[1].

Î: *Foloseşte înțeleptul puteri oculte pentru a-i face pe ceilalți să realizeze Sinele sau este suficient simplul fapt că el a realizat Sinele?*

R: Forța propriei sale realizări este mult mai puternică decât orice alte puteri la care ar recurge[2].

Deşi se spune că puterile supranaturale sunt multe şi variate, *jnana* este cea mai înaltă dintre aceste puteri multe şi variate, deoarece oamenii care au dobândit alte *siddhi* vor dori *jnana*. Cei care au dobândit *jnana* nu vor dori alte *siddhi*. Prin urmare, aspiră numai către *jnana*[3].

Chiar dacă puterile par minunate în ochii celor care nu le au, ele nu sunt decât ceva trecător. Nu are rost să aspiri la ceva care este trecător. Toate aceste minuni sunt cuprinse în Sinele unic şi neschimbător[4].

A cerşi cu lăcomie nişte puteri oculte [*siddhi*] fără nicio valoare de la Dumnezeu, care este gata să se dea pe sine însuşi,

---

[1] K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, pp. xxii.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 552.
[3] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 1212.
[4] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 578.

care este totul, este ca şi cum ai cerşi nişte terci stătut de la un filantrop generos care este gata să-ţi dea totul.

În Inima care se aprinde de focul devoţiunii supreme se vor strânge laolaltă toate puterile oculte. Dar, având o inimă care s-a abandonat complet la picioarele Domnului, devotul nu va dori acele *siddhi*. Să ştii că, dacă aspiranţii care fac eforturi pe calea eliberării au de gând să dobândească puteri oculte, gradul lor de condiţionare va spori din ce în ce, iar eul lor se va umfla tot mai tare.

Doar realizarea [*siddhi*] Sinelui, care este culmea desăvârşirii, este dobândirea cunoaşterii adevărate, pe când celelalte tipuri de *siddhi*, începând cu *anima* [aptitudinea de a deveni mic cât un atom] ţin de iluzia creată pe care mintea ignorantă o creează prin puterea imaginaţiei[1].

Oamenii văd lucruri care sunt mult mai miraculoase decât aşa-numitele *siddhi*, dar nu se minunează în faţa lor pentru simplul motiv că ele au loc în fiecare zi. Când se naşte cineva, el nu este mai mare decât acest bec electric, dar apoi creşte şi devine un luptător uriaş, un artist, orator, politician sau înţelept renumit în toată lumea. Oamenii nu consideră asta un miracol, dar sunt uluiţi când un cadavru este făcut să vorbească[2].

Î: *Mă preocupă metafizica de peste douăzeci de ani, dar nu am avut parte de nicio experienţă inedită, aşa cum pretind să fi avut atât de mulţi oameni. Nu am vreo putere de clarviziune, claraudiţie etc. Mă simt încătuşat în acest corp şi nimic mai mult.*

[1] Muruganar, *op. cit.*, vv. 219, 221, 222, 224.
[2] S. Cohen, *Guru Ramana*. p. 100.

R: Așa și trebuie. Realitatea este numai una și aceea este Sinele. Tot restul sunt simple fenomene în el, din el și generate de el. Cel care vede, obiectele și vederea, toate acestea nu sunt decât Sinele. Poate cineva să vadă sau să audă lăsând Sinele deoparte? Ce contează dacă vezi ori auzi pe cineva în imediata apropiere sau de la o distanță mare? Organele vederii și auzului sunt necesare în ambele cazuri, după cum este nevoie și de minte. Nu ne putem dispensa de ele în niciunul dintre aceste cazuri. Într-un fel sau altul, dependența există. De ce există atunci această atracție față de clarviziune și claraudiție?

În plus, va veni o vreme când ceea ce s-a dobândit se va pierde. Aceste puteri nu pot fi permanente[1].

Î: *Nu este bine să dobândești puteri precum telepatia?*

R: Telepatia sau radioul îi îngăduie omului să vadă ori să audă de la distanță. Ele sunt tot auz și văz. Fie că aude de aproape sau de departe, pentru cel ce aude nu este nicio diferență. Factorul fundamental este cel care aude, subiectul. Fără cineva care aude sau vede nu poate exista auz sau văz. Acestea din urmă sunt funcții ale minții. Așadar, puterile oculte [*siddhi*] sunt numai în minte, nefiind ceva natural pentru Sine. Ceea ce nu este natural, ci dobândit, nu poate fi permanent și nu merită să ne străduim a-l obține.

Aceste puteri oculte înseamnă puteri extinse. Un om este în posesia unor puteri limitate, suferind din această cauză. Prin urmare, dorește să-și extindă puterile pentru a fi fericit. Să zicem că va reuși s-o facă. Dacă omul este nefericit având un câmp de percepții limitat, odată cu lărgirea acestuia, nefe-

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 487.

ricirea trebuie să sporească direct proporţional. Prin dobândirea puterilor oculte omul nu va fi fericit, ci va fi şi mai nefericit.

Apoi pentru ce sunt aceste puteri? Ocultistul [*siddha*] potenţial doreşte să-şi arate puterile [*siddhi*] pentru ca alţii să-l stimeze. El caută stima celorlalţi, iar dacă nu are parte de ea, nu va fi fericit. Trebuie să existe alţii care să-l stimeze. Apoi s-ar putea ca el să întâlnească pe cineva cu puteri mai mari decât ale lui. Asta îl va face să fie invidios şi îi va genera nefericire.

Care este adevărata putere? Este cea de a spori prosperitatea sau de a aduce pacea? Puterea care aduce pacea este cea mai înaltă culme a desăvârşirii [*siddhi*][1].

[1] *Ibid.*, pp. 17-18.

CAPITOLUL 16

Probleme și experiențe

Printre efectele secundare ale unei practici spirituale se numără adesea durerea și disconfortul fizic, anarhia mintală, fluctuațiile emoționale, precum și intervalele aleatorii de bucurie senină. Poate că aceste manifestări nu sunt atât de dramatice precum cele menționate în ultimele două capitole, dar sunt foarte importante pentru oamenii care le trăiesc. De obicei, ele sunt interpretate fie ca niște pietre de hotar, fie ca obstacole pe calea către Sine și, în funcție de interpretarea dată, se fac mari eforturi în tentativa de a le prelungi sau elimina.

Sri Ramana avea obiceiul de a nu acorda prea mare importanță majorității experiențelor de ordin spiritual, iar dacă i se povesteau asemenea episoade, preciza că este mai important să fii conștient de cel care trăiește experiența decât să te complaci în sau să analizezi experiența în sine. El se lansa uneori în explicații asupra cauzelor pe care le au aceste experiențe, considerându-le fie benefice, fie inoportune din perspectiva conștientizării Sinelui, dar, în genere, nu încuraja interesul față de ele.

El era mai puțin rezervat când discipolii îi cereau sfaturi legate de problemele pe care le aveau în timpul meditației. Ramana le asculta cu răbdare dificultățile, oferind soluții

constructive și, dacă simțea că era cazul, încerca să le explice că, din perspectiva Sinelui, toate problemele erau inexistente.

Î: *Uneori, am parte de străfulgerări intense ale unui tip de conștiință ce își are centrul în afara sinelui obișnuit și care pare a fi atotcuprinzătoare. Fără să pătrundem prea mult pe tărâmul conceptelor filosofice, ce m-ar sfătui Bhagavan să fac pentru a dobândi, păstra și prelungi aceste momente atât de rare? Practica spirituală [*abhyasa*] necesară pentru a facilita asemenea experiențe presupune retragerea din lume?*

R: Vorbești despre un „exterior": pentru cine există interiorul sau exteriorul? Ele pot exista doar atât timp cât există subiectul și obiectul. Pentru cine există acestea două? În urma investigației vei descoperi că ele se contopesc și nu mai rămâne decât subiectul. Vezi cine este subiectul și această investigație te va duce la conștiința pură de dincolo de subiect.

Vorbești despre „sinele obișnuit": sinele obișnuit este mintea. Mintea are limitările ei. Dar conștiința pură este dincolo de limitări, ajungându-se la ea prin investigație asupra „eului".

Vorbești despre „a dobândi": Sinele este întotdeauna prezent. Nu trebuie decât să îndepărtezi vălul care împiedică revelarea Sinelui.

Vorbești despre „a păstra": odată ce realizezi Sinele, el devine experiența ta directă și nemijlocită. El nu se pierde niciodată.

Vorbești despre „a prelungi": nu există prelungire a Sinelui, deoarece el este așa cum este dintotdeauna, fără micșorare sau extindere.

Vorbeşti despre „retragere": sălăşluirea în Sine este singurătate, deoarece nu există nimic străin Sinelui. Retragerea trebuie să fie dintr-un loc sau dintr-o stare către alta. Dar nu există stare sau loc din care (sau în care) să te retragi în afara Sinelui. Toate fiind Sinele, retragerea este imposibilă și de neconceput.

Vorbeşti despre „*abhyasa*": *abhyasa* nu este decât o modalitate de a împiedica tulburarea seninătății inerente. Ești mereu în starea ta naturală, indiferent dacă practici *abhyasa* ori nu. A rămâne aşa cum eşti, fără întrebări sau îndoieli, este starea ta naturală[1].

Î: *Sunt momente când persoanele și lucrurile capătă o formă neclară și aproape transparentă ca într-un vis. Nu le mai observ din exterior, ci sunt conştient de existenţa lor în mod pasiv, în vreme ce nu am deloc conştiinţa activă a individualității. În minte se instalează o linişte profundă. În asemenea momente este mintea pregătită să plonjeze în Sine? Sau este o stare maladivă, un rezultat al autohipnozei? Ar trebui ea să fie încurajată ca un mijloc de dobândire a păcii temporare?*

R: Există conştiinţă împreună cu liniştea minţii. Aceasta este starea spre care trebuie să ţintim. Faptul că întrebarea s-a formulat în acest mod, fără a realiza că este vorba despre Sine, demonstrează că starea nu este constantă, ci aleatorie.

Putem vorbi despre „scufundare" doar dacă trebuie să-ţi îndrepţi mintea spre interior pentru a nu fi distras de tendinţele de extraversiune ale minţii. În asemenea clipe, trebuie să te scufunzi, pătrunzând dincolo de suprafaţa acestor fenome-

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi`s Gospel*, p. 33.

ne exterioare. Dar când precumpăneşte o linişte profundă şi nimic nu umbreşte conştiinţa, ce nevoie mai ai să te scufunzi?[1]

Î: *Uneori, când meditez, resimt o anumită bucurie profundă. În asemenea momente, ar trebui să mă întreb „Cine este cel care trăieşte această bucurie?"*

R: Dacă trăieşti beatitudinea adevărată a Sinelui, cu alte cuvinte, dacă mintea s-a contopit realmente şi a devenit una cu Sinele, o astfel de îndoială n-ar avea cum să se ivească. Întrebarea însăşi demonstrează că nu s-a ajuns la beatitudinea autentică.

Dubiile nu vor înceta decât în clipa în care cel care se îndoieşte şi sursa de unde provine el au fost descoperiţi. Nu are sens să îndepărtăm dubiile unul câte unul. Dacă vom elucida o îndoială, se va ivi alta şi apoi alta, la nesfârşit. Dar dacă vom căuta sursa de provenienţă a celui care se îndoieşte, descoperind că, de fapt, acesta nu există, toate dubiile vor înceta.

Î: *Uneori aud sunete ce nu provin din exterior. Ce ar trebui să fac când se întâmplă asemenea lucruri?*

R: Orice s-ar întâmpla, continuă investigaţia în legătură cu sinele, întrebând „Cine aude aceste sunete?" până când se ajunge la realitate[2].

Î: *Uneori, în timpul meditaţiei, simt o mare bucurie şi ochii mi se umplu de lacrimi. Alteori nu se întâmplă aşa. Ce înseamnă asta?*

R: Beatitudinea este mereu prezentă, nefiind ceva care vine şi pleacă. Ceea ce vine şi pleacă este o creaţie a minţii şi nu trebuie să te îngrijoreze.

---

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 314.
[2] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 22.

Î: *Beatitudinea face trupul să se înfioare, dar când acest fior dispare, mă simt deprimat și doresc să repet experiența. De ce?*

R: Recunoști că erai prezent și când beatitudinea a fost resimțită și când nu a fost. Dacă realizezi corect acel „tu", experiențele respective nu vor conta.

Î: *Pentru a realiza acea beatitudine trebuie să existe ceva pe care să-l surprinzi, nu-i așa?*

R: Trebuie să existe dualitate dacă trebuie să surprinzi altceva, însă numai Sinele există, iar nu o dualitate. Prin urmare, cine trebuie să surprindă pe cine? Și ce este lucrul care trebuie reținut?[1]

Î: *Când ajung în etapa lipsită de gânduri din practica* [sadhana] *mea, resimt o anumită plăcere, dar uneori apare și un vag sentiment de frică pe care nu-l pot descrie exact.*

R: Este posibil să trăiești orice tip de experiență, dar nu trebuie să te mulțumești cu asta. Fie că simți plăcere sau frică, întreabă-te cine simte plăcerea sau frica, continuând astfel *sadhana* până când atât plăcerea, cât și frica sunt depășite, până când orice dualitate încetează și nu rămâne decât realitatea.

Nu este nimic rău dacă se întâmplă asemenea lucruri sau dacă sunt resimțite, dar nu trebuie niciodată să te oprești la asta. De exemplu, nu trebuie niciodată să te mulțumești cu plăcerea oferită de *laya* [suspendarea temporară a activităților mintale] pe care o resimți când gândurile s-au calmat, trebuind să insiști până când încetează orice dualitate[2].

Î: *Cum să ne debarasăm de frică?*

---

[1] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 251.
[2] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 193.

R: Ce este frica? Ea este doar un gând. Am avea motive să ne temem dacă ar exista altceva în afara Sinelui. Cine vede lucruri separate de Sine? Mai întâi se ivește eul și vede obiectele ca fiind exterioare. Dacă nu apare eul, există doar Sinele și nimic nu este exterior. Căci orice lucru exterior presupune existența unui interior propriu celui care vede. Căutarea lui în interior va elimina îndoiala și frica. Și nu doar frica, ci, împreună cu ea, vor dispărea toate celelalte gânduri care gravitează în jurul eului[1].

Î: *Cum poate fi depășită îngrozitoarea frică de moarte?*

R: Când te cuprinde această frică? Apare ea când nu îți vezi corpul, de exemplu, în timpul somnului fără vise? Ea te bântuie numai când ești întru totul „treaz" și percepi lumea, inclusiv propriul corp. Dacă nu vezi toate acestea și rămâi ca Sinele tău pur, precum în somnul fără vise, nicio frică nu te poate afecta.

Dacă pornești pe urmele acestei frici până la obiectul a cărui pierdere o face să apară, vei descoperi că acel obiect nu este corpul, ci mintea care funcționează în el. Mulți oameni ar fi bucuroși să scape de corpul lor bolnav și de toate problemele și inconvenientele pe care le aduce după el, dacă li s-ar garanta conștiință continuă. De fapt, omul se teme că va pierde conștiința, nu corpul. Oamenii iubesc existența deoarece ea este conștiință eternă, care nu este altceva decât propriul lor Sine. Atunci de ce să nu ne ancorăm în acea conștiință pură chiar acum, cât suntem în corp, și să ne eliberăm de toate fricile?[2]

Î: *Când încerc să fiu lipsit de gânduri, adorm. Ce trebuie să fac în legătură cu asta?*

---

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 129.
[2] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 39.

R: Odată ce adormi nu mai poţi face nimic în acea stare. Dar când eşti treaz, încearcă să ţii la distanţă toate gândurile. De ce să te gândeşti la somn? Chiar şi ăsta este un gând, nu? Dacă eşti în stare să fii lipsit de orice gând în timp ce eşti treaz, este suficient. Când vei adormi, starea în care erai înainte de a aţipi va continua când te vei trezi. Starea va continua de unde ai lăsat-o când ai adormit. Atâta vreme cât vor exista gânduri legate de activitate va exista şi somn. Gândul şi somnul sunt polii unuia şi aceluiaşi lucru.

Nu trebuie să dormi prea mult sau să renunţi cu totul la somn, ci să dormi cu măsură. Pentru a nu depăşi măsura cu somnul, trebuie să încercăm a nu avea gânduri sau *chalana* [mişcare a minţii], trebuie să mâncăm numai alimente *sattvice* şi numai în cantităţi moderate şi să nu facem prea multă activitate fizică. Cu cât ne controlăm mai mult gândurile, activitatea şi alimentaţia, cu atât vom reuşi să ne controlăm mai bine somnul. Însă regula de bază trebuie să fie moderaţia, conform explicaţiilor din *Gita* destinate căutătorului aflat pe cale. După cum se explică în cărţi, somnul este cel dintâi obstacol pentru toţi căutătorii [*sadhaka*]. Se spune că cel de-al doilea obstacol sunt obiectele lumii [*vikshepa*] pe care le percep simţurile şi care ne distrag atenţia. După câte se spune, al treilea obstacol sunt *kashaya* sau gândurile din minte despre experienţele anterioare cu obiectele simţurilor. Cel de-al patrulea este *ananda* [beatitudinea], despre care se spune că este un obstacol deoarece, în respectiva stare, există o senzaţie de separare faţă de sursa beatitudinii [*ananda*], senzaţie ce îi permite individului să spună „Eu mă bucur de *ananda*". Chiar şi această senzaţie trebuie depăşită. Trebuie să se ajungă la etapa finală – *samadhi* – în care individul devine *ananda* sau una cu realitatea.

În această stare, dualitatea reprezentată de cel care se bucură și bucuria încetează, topindu-se în oceanul lui *sat-cit-ananda* sau Sinele[1].

Î: *Prin urmare, nu ar trebui să încercăm perpetuarea stărilor de beatitudine sau a celor extatice?*

R: Cel din urmă obstacol în meditație este extazul; simți o mare beatitudine și fericire și dorești să rămâi în acel extaz. Nu ceda în fața lui; treci la următoarea etapă, care este calmul desăvârșit. Calmul este mai presus de extaz și el alunecă în *samadhi*. Un *samadhi* autentic face să apară o stare de somn treaz. În acea stare știi că ești mereu conștiință, deoarece conștiința este propria ta natură. De fapt, omul este mereu în *samadhi*, dar nu o știe. Pentru a o ști, omul nu trebuie decât să înlăture obstacolele[2].

Î: *Poezia, muzica,* japa, bhajan-*ele [cântecele religioase], vederea unor peisaje superbe, lectura versetelor sacre ne fac uneori să resimțim experiența autentică a unității cosmice. Este acel sentiment de liniște profundă și plin de bucurie totuna cu pătrunderea în Inimă despre care vorbește Bhagavan? Ne vor duce aceste activități la un* samadhi *mai profund și, în cele din urmă, la o viziune totală a realului?*

R: Fericirea apare când minții i se înfățișează lucruri agreabile. Ea este fericirea inerentă în Sine și, de fapt, nu există altă fericire. Și ea nu este ceva străin și îndepărtat. Te cufunzi în Sine cu acele ocazii pe care le consideri agreabile și cufundarea are ca rezultat beatitudinea inerentă Sinelui. Prin asocierea de idei, acea beatitudine este pusă în seama altor lucruri sau evenimente, când, de fapt, beatitudinea este înăuntrul tău.

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 182.
[2] P. Brunton, *Conscious Immortality*, p. 202.

În aceste împrejurări, tu plonjezi în Sine, chiar dacă inconștient. Când faci asta conștient, cu siguranța care vine din experiența că tu ești una cu fericirea care este adevărata natură a Sinelui, singura realitate o numești realizare. Vreau ca tu să plonjezi conștient în Sine, adică în Inimă[1].

Î: *Am adoptat* sadhana *de aproape douăzeci de ani și nu constat niciun progres. Ce trebuie să fac? În fiecare dimineață, începând de pe la ora cinci, mă concentrez asupra gândului că doar Sinele este real și tot restul este ireal. Deși fac asta de aproape douăzeci de ani, nu mă pot concentra mai mult de două sau trei minute fără ca gândurile să o ia razna.*

R: Nu există altă cale de a reuși decât să aduci mintea înapoi de fiecare dată când se întoarce spre exterior și să o ancorezi în Sine. Nu este nevoie de meditație, *mantra, japa* sau de altceva de acest gen, deoarece acestea sunt natura noastră reală. Nu trebuie decât să încetezi să te mai gândești la alte obiecte diferite de Sine. Meditația nu constă atât în a te gândi la Sine, cât în a renunța să te mai gândești la non-Sine. Când vei renunța să te mai gândești la obiecte exterioare și vei împiedica mintea să meargă în exterior, întorcând-o spre interior și ancorând-o în Sine, nu rămâne decât Sinele.

Î: *Ce ar trebui să fac pentru a contracara influența acestor gânduri și dorințe? Cum trebuie să-mi organizez viața pentru a dobândi controlul asupra gândurilor mele?*

R: Cu cât te ancorezi mai mult în Sine, cu atât celelalte gânduri se vor împuțina de la sine. Mintea nu este altceva decât un mănunchi de gânduri, iar ideea de „eu" este rădăcina

[1] T. N. Venkataraman, *op. cit.*, pp. 43-4.

tuturor acestor gânduri. Când descoperi cine este acest „eu" și de unde provine, toate gândurile se contopesc în Sine.

Regulile de viață, precum trezitul la oră fixă, îmbăiatul, *mantra, japa,* respectarea ritualului, toate acestea sunt pentru oamenii care nu se simt atrași de investigarea de sine sau nu sunt în stare s-o practice. Dar pentru cei care pot practica această metodă nu mai sunt necesare reguli și exerciții ascetice[1].

Î: *De ce nu poate fi mintea întoarsă spre interior, în ciuda atâtor încercări?*

R: Așa ceva se face prin exercițiu și dezpătimire, neputând să se reușească decât treptat. La fel cum pe o vacă obișnuită de foarte multă vreme să se furișeze și să pască pe moșiile altora nu este ușor să o ții închisă în grajdul ei. Oricât ar ispiti-o îngrijitorul cu iarbă grasă și nutreț bun, ea începe prin a refuza. Apoi ia câte puțin, dar tendința înnăscută de a hoinări o determină să plece pe furiș. După ce stăpânul o ispitește în repetate rânduri, ea se obișnuiește cu grajdul până când, în final, chiar dacă este lăsată în voia ei, nu va mai fugi. La fel se întâmplă și cu mintea. Odată ce își va găsi fericirea lăuntrică, nu va mai hoinări în exterior.

Î: *Nu există variații în contemplație în funcție de împrejurări?*

R: Ba da, există asemenea variații. Uneori ai stări de iluminare și apoi contemplația este ușoară. Alteori, contemplația este imposibilă, chiar dacă încercăm în repetate rânduri. Variațiile sunt cauzate de activitatea celor trei *gune* [*sattva, rajas* și *tamas*].

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, pp. 237-8.

Î: *Este contemplația influențată de activitățile noastre și de împrejurările în care ne aflăm?*

R: Acestea nu o pot influența. Sentimentul că suntem făptuitori – *kartritva buddhi* – este impedimentul[1].

Î: *Mintea îmi rămâne limpede timp de două, trei zile și apoi se încețoșează pentru următoarele două, trei zile. Ce o face să alterneze astfel?*

R: Situația este întru totul firească. Ea este jocul alternanței dintre puritate [*sattva*], activitate [*rajas*] și inerție [*tamas*]. Nu regreta stările în care predomină *tamas*, dar când *sattva* intră în joc, profită la maximum[2].

Î: *Omul constată uneori că trupul nu îi îngăduie să practice meditația în mod constant. Ar trebui el să practice yoga, antrenându-și corpul pentru meditație?*

R: Depinde de predispozițiile [*samskara*] persoanei respective. Unii vor practica *hatha* yoga pentru a-și vindeca bolile trupești, alții se vor abandona plini de încredere, lăsând vindecarea în seama lui Dumnezeu, alții vor folosi în acest scop puterea voinței, iar alții vor fi total indiferenți față de boli. Dar toți vor persista pe calea meditației. Căutarea Sinelui este factorul esențial, toate celelalte fiind simple amănunte[3].

Î: *Încercările de a mă concentra sunt zădărnicite de palpitații bruște ale inimii, însoțite de respirații dificile, scurte și precipitate. La rândul lor, gândurile o iau la goană și mintea devine de necontrolat. În condiții de sănătate optime, reușesc mai bine și respirația se oprește odată ce mă adâncesc în concentrare. Așteptam cu nerăbdare să mă bucur de vecinătatea lui Sri*

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 179.
[2] *Ibid.*, p. 55.
[3] *Ibid.*, p. 549.

Bhagavan pentru ca meditația mea să fie încununată de succes, astfel că am ajuns aici cu mare greutate. Mă simt rău aici. Nu pot medita și sunt deprimat. Am făcut efortul de a-mi concentra mintea, deși am fost chinuit de respirații scurte și precipitate. Deși am reușit într-o anumită măsură, asta nu mă mulțumește. Se apropie momentul când va trebui să plec de aici. Sunt din ce în ce mai deprimat când mă gândesc că va trebui să plec de aici. Aici am văzut oameni care au dobândit pacea interioară meditând în sală în vreme ce eu nu am fost binecuvântat cu o asemenea pace. Acest lucru mă deprimă.

R: Gândul că „Nu mă pot concentra" este în sine un obstacol. De ce să se ivească un asemenea gând?

Î: *Se poate să rămâi netulburat de apariția gândurilor douăzeci și patru de ore pe zi? Ar trebui să trăiesc fără meditație?*

R: La urma urmei, ce înseamnă „ore"? Este doar un concept. Toate întrebările tale sunt provocate de un gând.

Ori de câte ori apare un gând, nu te lăsa amăgit de el. Conștientizezi existența corpului când uiți Sinele. Dar poți uita Sinele? Fiind Sinele, cum îl poți uita? Trebuie să existe mai mult de un Sine pentru ca unul să-l uite pe celălalt, ceea ce este absurd. Prin urmare, Sinele nu este deprimat, nici imperfect. El este dintotdeauna fericit. Sentimentul contrar nu este decât un gând care, practic, nu are nicio vlagă în el. Debarasează-te de gânduri. De ce să încerci să meditezi? Fiind Sinele, suntem mereu realizați. Nu trebuie decât să te eliberezi de gânduri.

Crezi că sănătatea nu-ți îngăduie să meditezi. Această stare depresivă trebuie urmărită până la originea ei, care este identificarea eronată a trupului cu Sinele. Boala nu este a Sinelui, ea este a corpului. Dar corpul nu vine să-ți spună că este cuprins de boală. Tu ești cel care o spune. De ce? Pentru că

te-ai identificat în mod greșit cu propriul corp. Corpul însuși este un gând. Fii așa cum ești cu adevărat. Nu ai motive să fii deprimat[1].

Î: *Să presupunem că meditația este tulburată de ceva, să zicem, de înțepăturile unor țânțari. Trebuie să continuăm meditația, ignorând inconvenientul, sau să alungăm țânțarii și apoi să ne continuăm meditația?*

R: Trebuie să faci ceea ce consideri că este mai bine. Nu vei dobândi *mukti* doar pentru că i-ai alungat. Important este să ajungi să-ți fixezi atenția asupra unui singur obiect, iar apoi să realizezi *mano-nasa* [distrugerea minții]. Este la latitudinea ta dacă o faci suportând înțepăturile țânțarilor sau alungându-i. Dacă ești total absorbit în meditație, nu vei ști că te înțeapă țânțarii. Până când vei ajunge în acea etapă, de ce să nu-i alungi?[2]

Î: *Se spune despre oamenii care practică meditația că au parte de boli noi; în orice caz, simt o durere în piept. Se spune că asta este o încercare de la Dumnezeu. Are Bhagavan bunăvoința să-mi explice cum stau lucrurile și dacă este adevărat ceea ce se spune?*

R: Nu există vreun Bhagavan în exteriorul tău și, prin urmare, nu se desfășoară niciun test. Ceea ce crezi că este un test sau o boală nouă pricinuită de practicile spirituale este, în realitate, presiunea pe care trebuie să o suporte în prezent nervii și cele cinci simțuri. Mintea, care până acum se folosea de nervi [*nadi*] pentru a percepe obiectele exterioare, menținând o legătură între ea și organele de simț, este obligată acum să se retragă din această asociere. Este absolut firesc ca retrage-

[1] *Ibid.*, pp. 435-7.
[2] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 198.

rea să producă o anumită tensiune, un șoc, o sfâșiere însoțită de durere. Unii o numesc boală, iar alții o numesc încercare de la Dumnezeu. Toate aceste suferințe vor dispărea dacă vei continua să meditezi, îndreptându-ți gândul numai asupra Sinelui tău sau asupra realizării Sinelui. Nu există remediu mai bun decât această yoga continuă, această unire cu Dumnezeu sau *atman*. Suferința este inevitabilă, ea rezultând din abandonarea tendințelor mintale [*vasana*] pe care le-ai avut de atâta vreme[1].

Î: *Care este cea mai potrivită atitudine față de dorințe și* vasane *pentru a scăpa de ele – trebuie să le dăm curs sau să le reprimăm?*

R: Dacă s-ar putea scăpa de o dorință dându-i curs, n-ar fi deloc rău să o satisfacem. Dar, de regulă, dorințele nu sunt eradicate dacă le dăm curs. A încerca să le eradicăm astfel este ca și cum ai încerca să stingi un foc turnând spirt peste el. În același timp, remediul adecvat nu este nici reprimarea forțată, deoarece o asemenea înăbușire va duce inevitabil la o recrudescență a dorințelor cu consecințe nedorite. Modalitatea potrivită de a te debarasa de dorințe este să afli „Cine are dorința? Care este sursa ei?" Când vom descoperi sursa, dorința este dezrădăcinată și nu va reapărea ulterior, nici nu va crește. Deși sunt considerate dorințe, micile dorințe, precum cea de a mânca, de a bea, de a dormi și de a-ți urma nevoile firești, pot fi satisfăcute fără probleme. Ele nu vor sădi în mintea ta *vasane* care să necesite nașteri ulterioare. Activitățile respective sunt necesare pentru a continua să trăiești și este puțin probabil că vor amplifica sau vor lăsa în urmă *vasane* sau tendințe

[1] R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, p. 36.

mintale. În genere, deci, nu greșești satisfăcând o dorință când satisfacerea ei nu va duce la alte dorințe prin crearea de *vasane* în minte[1].

Î: *În practica meditației există semne pe tărâmul experienței subiective care să denote progresul căutătorului către realizare?*

R: Gradul de libertate față de gândurile nedorite și gradul de concentrare asupra unui singur gând sunt unitățile de măsură pentru a estima progresul[2].

---

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, pp. 169-70.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 394.

PARTEA A ȘASEA

Teoria

Toate discuțiile metafizice sunt sterile dacă nu ne fac să căutăm adevărata realitate înăuntrul Sinelui.

Toate controversele referitoare la creație, natura universului, evoluție, scopul avut în vedere de Dumnezeu etc. sunt inutile. Ele nu ne fac cu adevărat fericiți. Oamenii încearcă să afle câte ceva despre lucrurile care sunt în exteriorul lor înainte de a încerca să afle „Cine sunt eu?" Numai prin acest din urmă mijloc se poate dobândi fericirea.[1]

[1] P. Brunton, *Conscious Immortality*, p. 195.

CAPITOLUL 17

Teoriile referitoare la creație și la realitatea lumii

Pe Sri Ramana îl interesau foarte puțin sau deloc aspectele teoretice ale spiritualității. Principala lui preocupare era de a-i face pe oameni să conștientizeze Sinele, iar pentru atingerea acestui țel Ramana insista întotdeauna că practica este mai importantă decât speculația. El îi descuraja pe cei care îi puneau întrebări de natură teoretică fie rămânând tăcut când le auzea, fie cerându-i celui care întreba să descopere sursa acelui „eu" care punea întrebarea. Uneori, el se îndupleca să ofere prezentări amănunțite asupra diverselor aspecte ale filosofiei, dar dacă discipolii insistau prea mult cu nedumeririle lor sau dacă discuția aluneca spre un intelectualism steril, trecea la alt subiect și dirija atenția discipolilor săi spre chestiuni mai practice.

Multe dintre aceste discuții filosofice aveau ca teme natura și originea lumii fizice, deoarece se știa că opiniile lui Sri Ramana erau în totală contradicție cu perspectiva asupra lumii, care este îndeobște acceptată. Ca și în cazul celorlalte teme majore, el își adapta discursul în funcție de nivelurile diferite de înțelegere pe care le constata la cei care puneau întrebările, dar chiar și așa, aproape toate ideile sale respingeau radical concepțiile despre realitatea fizică pe care le au cei mai mulți oameni.

Când vorbea despre natura lumii fizice, Sri Ramana adopta trei puncte de vedere diferite, pledând pentru fiecare în momente diferite, dar din comentariile sale de ordin general pe care le făcea asupra subiectului el considera adevărate sau utile doar primele două teorii dintre cele expuse mai jos.

1. *Ajata vada* (teoria noncauzalității). Aceasta este o veche învățătură hindusă potrivit căreia creația lumii nu a avut loc niciodată. Ea neagă complet orice cauzalitate în lumea fizică. Sri Ramana susținea acest punct de vedere, spunând că un *jnani* constată prin experiență directă că nimic nu ia ființă vreodată și nimic nu încetează să fie, deoarece nu există decât Sinele ca unică realitate neschimbătoare. Corolarul acestei teorii este că timpul, spațiul, cauza și efectul, componentele esențiale ale oricăror teorii referitoare la creație, există doar în mintea celor nerealizați [*ajnani*] și că experiența Sinelui le revelează non-existența.

Această teorie nu neagă realitatea lumii, ci doar a procesului creator care a făcut-o să existe. Vorbind din proprie experiență, Sri Ramana spunea că un *jnani* știe că lumea este reală, nefiind o însăilare de materie și energie care interacționează, ci lumea este o apariție necauzată înăuntrul Sinelui. El detalia acest subiect spunând că, deoarece natura reală sau substratul acestei aparențe este identic cu ființarea Sinelui, această aparență participă în mod necesar la realitatea lui. Cu alte cuvinte, pentru un *jnani* lumea nu este reală doar pentru că este o aparență, ci doar pentru că această aparență este inseparabilă de Sine.

Pe de altă parte, un *ajnani* ignoră complet natura unitară și sursa lumii și, în consecință, mintea lui construiește o lume

iluzorie de obiecte separate care interacționează, răstălmăcind constant impresiile senzoriale pe care le percepe. Sri Ramana preciza că această perspectivă asupra lumii nu are mai multă realitate decât un vis, deoarece ea suprapune o creație a minții pe realitatea Sinelui. El rezuma diferențele dintre perspectiva unui *jnani* și a unui *ajnani* spunând că lumea este ireală dacă este percepută de minte ca o colecție de obiecte separate și reală când este percepută nemijlocit ca o aparență înăuntrul Sinelui.

2. *Drishti-srishti vada.* Dacă oamenilor le era imposibil să înțeleagă ideea de *ajata* sau noncauzalitate, el le spunea că lumea ia ființă odată cu apariția ideii de „eu" și că ea încetează să existe când ideea de „eu" este absentă. Această teorie este cunoscută sub numele de *drishti-srishti* sau creație simultană, afirmând, practic, că lumea așa cum îi apare ea unui *ajnani* este un produs al minții care o percepe și că, în absența acelei minți, ea încetează să existe. Această teorie este adevărată în măsura în care mintea își creează o lume imaginară, dar, din perspectiva Sinelui, un „eu" imaginar care creează o lume imaginară nu este o creație, astfel că teoria noncauzalității [*ajata*] nu este subminată. Deși Sri Ramana spunea uneori că *drishti-srishti* nu era adevărul ultim în legătură cu creația, el își încuraja discipolii să o accepte ca pe o ipoteză de lucru. Pentru a justifica această atitudine, el spunea că dacă omul poate privi întotdeauna lumea ca pe o creație ireală a minții, atunci ea își pierde puterea de atracție, conștientizarea neabătută a ideii de „eu" devenind astfel mai ușoară.

3. *Srishti-drishti vada* (creația treptată). Aceasta este concepția curentă potrivit căreia lumea este o realitate obiectivă guvernată de legile cauzei și efectului, lanț cauzal ce poate fi

urmărit înapoi în timp până la un act de creaţie unic. Teoria include practic toate ideile occidentale care s-au emis asupra subiectului, de la teoria „big bang"-ului la geneza biblică. Sri Ramana se referea la asemenea teorii doar când vorbea cu oameni care nu erau dispuşi să accepte implicaţiile teoriilor menţionate anterior (*ajata* şi *drishti-srishti*). Chiar şi aşa, el preciza de regulă că asemenea teorii nu trebuie luate prea în serios, deoarece ele fuseseră emise numai în scopul de a satisface curiozitatea intelectuală.

Literalmente, *drishti-srishti* înseamnă că lumea există doar când este percepută, pe când *srishti-drishti* înseamnă că lumea exista înainte de a fi percepută de cineva. Deşi prima dintre aceste teorii pare profund eronată, Sri Ramana insista că ea ar trebui acceptată de cei care caută cu seriozitate realizarea, în parte deoarece este o aproximare foarte fidelă a adevărului şi în parte fiindcă reprezintă cea mai adecvată atitudine pe care o poate adopta cineva interesat cu seriozitate de realizarea Sinelui.

Î: *Cum s-a petrecut creaţia [*srishti*]? Unii spun că este un proces predestinat. Alţii spun că este jocul [*lila*] Domnului. Care este adevărul?*

R: În cărţi se dau diferite variante. Dar există creaţie? Doar dacă există creaţie suntem nevoiţi să explicăm cum s-a petrecut ea. S-ar putea să nu cunoaştem toate aceste teorii, dar ştim cu siguranţă că existăm. De ce să nu cunoaştem „eul" şi abia ulterior să vedem dacă există creaţie?[1]

[1] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 132.

Î: *În* vedanta *lui Sri Sankaracharya principiul creaţiei lumii a fost acceptat de dragul începătorilor, dar pentru avansaţi se formulează principiul noncreaţiei. Care este punctul dvs. de vedere în această problemă?*

R: „Nu există disoluţie sau creaţie, nimeni nu este înrobit şi nimeni nu urmează calea practicilor spirituale. Nu există nimeni care să dorească eliberarea şi niciun eliberat. Acesta este adevărul absolut." Acest verset [*sloka*] apare în cel de-al doilea capitol al comentariului [*karika*] lui Gaudapada. Cel ce este ferm ancorat în Sine vede acest lucru datorită faptului că el cunoaşte realitatea[1].

Î: *Nu este Sinele cauza acestei lumi pe care o vedem în jurul nostru?*

R: Sinele ca atare apare ca lumea diverselor nume şi forme. Cu toate acestea, Sinele nu acţionează ca o cauză eficientă [*nimitta karana*], care creează, susţine şi distruge lumea. Nu te întreba „De ce se naşte tulburarea Sinelui care nu ştie că el însuşi apare ca fiind lumea?" Dacă te întrebi în schimb: „Cui i se întâmplă această stare de confuzie?", se va descoperi că nu a existat niciodată o asemenea confuzie pentru Sine[2].

Î: *Păreţi a fi un exponent al învăţăturii* advaita vedanta.

R: Eu nu propovăduiesc numai teoria *ajata*. Eu sunt de acord cu toate şcolile. Acelaşi adevăr a fost exprimat în moduri diferite pentru a corespunde capacităţii de înţelegere a oamenilor. Teoria *ajata* spune că „nu există nimic în afara realităţii unice. Nu există naştere sau moarte, proiecţie sau absorbţie, robie sau eliberare. Nu există decât o singură unitate". Celor

[1] S. Madhavatirtha, „Conversations with the Maharishi", *The Mountain Path*, 1980, vol. 17, p. 211.
[2] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 85-6.

cărora le este greu să priceapă acest adevăr şi care întreabă: „Cum putem ignora lumea solidă pe care o vedem de jur împrejurul nostru?" li se vorbeşte despre experienţa visului, spunându-li-se: „Tot ceea ce vedeţi depinde de văzător. În afară de văzător, nu există văzut". Asta se numeşte *drishti-srishti vada* sau afirmaţia că mai întâi unul creează din propria minte şi apoi vede ceea ce a creat propria minte. Unii oameni nu pot înţelege nici măcar asta, continuând să argumenteze în următorii termeni: „Experienţa visului este atât de scurtă, în vreme ce lumea există mereu. Experienţa visului era limitată la mine. Dar lumea este simţită şi văzută nu doar de mine, ci şi de mulţi alţii. Nu putem spune că o asemenea lume este inexistentă". Când oamenii gândesc în acest fel, li se poate oferi o teorie de tip *srishti-drishti* – de exemplu: „Mai întâi Dumnezeu a creat un anume lucru dintr-o anumită substanţă primară, apoi a fost creat un alt lucru şi aşa mai departe". Doar o astfel de teorie îi mulţumeşte pe oamenii din această categorie. Altminteri, minţile lor nu sunt satisfăcute, iar ei se întreabă: „Cum este posibil ca întreaga geografie, toate hărţile, toate ştiinţele, stelele, planetele şi legile care le guvernează sau se raportează la ele şi întreaga cunoaştere să fie complet neadevărate?" Acestor oameni este cel mai potrivit să le spui: „Da, Dumnezeu a creat toate acestea pentru ca tu să le vezi".

Î: *Dar toate acestea nu pot fi adevărate. Doar o singură învăţătură poate fi adevărată.*

R: Toate aceste teorii nu fac decât să se adecveze capacităţii celui care învaţă. Absolutul nu poate fi decât unul[1].

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 149.

Potrivit filosofiei *vedanta*, cosmosul se iveşte simultan cu martorul său, neexistând vreun proces amănunţit de creaţie. Aceasta este aşa-numita creaţie instantanee [*yugapat-srishti*]. Ea este foarte asemănătoare creaţiilor din vis, unde cunoscătorul se iveşte simultan cu obiectele experienţei. Când li se spune asta, unii oameni nu sunt satisfăcuţi deoarece sunt înrădăcinaţi adânc în cunoaşterea obiectivă. Ei caută să afle cum de poate exista creaţie subită. Ei argumentează spunând că un efect trebuie să fie precedat de o cauză. Pe scurt, ei doresc o explicaţie pentru existenţa lumii pe care o văd în jurul lor. Atunci scripturile [*sruti*] încearcă să le satisfacă această curiozitate prin teorii ale creaţiei. Această modalitate de a trata subiectul creaţiei este numită *krama-srishti* [creație treptată]. Adevăratul căutător însă se poate mulţumi cu *yugapat-srishti*, creaţia instantanee[1].

Î: *Care este scopul creaţiei?*

R: Este acela de a da naştere acestei întrebări. Caută răspunsul la această întrebare şi, în cele din urmă, ancorează-te în fiinţa supremă sau, mai bine zis, în sursa primordială a toate, Sinele. Această investigaţie se va transforma într-o căutare a Sinelui care va înceta numai după ce non-Sinele este eliminat printr-o cernere treptată, iar Sinele este realizat în toată puritatea şi strălucirea lui[2].

Pot exista nenumărate teorii referitoare la creaţie. Toate poartă către exterior. Asemenea teorii vor continua să apară la nesfârşit, deoarece timpul şi spaţiul sunt nelimitate. Oricum,

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 612-13.
[2] *Ibid*., p. 341.

teoriile nu există decât în minte. Dacă vezi mintea, timpul și spațiul sunt depășite și se realizează Sinele.

Creația este explicată din punct de vedere științific sau logic pentru a satisface exigențele intelectuale ale oamenilor. Dar au ele vreun sens? Explicațiile de acest gen sunt numite *krama-srishti* [creație treptată]. Pe de altă parte, creația simultană [*drishti-srishti*] este *yugapat-srishti.* Fără cunoscător nu există obiecte văzute. Descoperă cunoscătorul și creația este cuprinsă în el. De ce să privești în exterior și să nu mai contenești cu explicarea fenomenelor care sunt infinite?[1]

Î: *În privința cosmogoniei,* Vedele *conțin versiuni contradictorii. Dacă într-un anumit loc se spune că primul element creat a fost eterul, altundeva se afirmă că a fost energia vitală [*prana*]. Altundeva se vorbește c-ar fi fost altceva, pentru ca în alt loc să se spună că a fost apa. Cum se pot împăca aceste versiuni? Nu știrbesc ele credibilitatea* Vedelor?

R: Diverși privitori au văzut diferite aspecte ale adevărului în momente diferite, fiecare scoțând în evidență un anumit punct de vedere. De ce să te îngrijoreze afirmațiile lor contradictorii? Principalul scop al *Vedelor* este de a ne face să înțelegem natura nepieritoare a lui *atman* și de a ne demonstra că suntem una cu el.

Î: *Sunt mulțumit de această argumentație.*

R: Atunci consideră restul explicațiilor ca pe niște argumente de ordin auxiliar [*artha vada*] pentru uzul ignorantului care vrea să știe cum au luat naștere lucrurile[2].

Î: *Eu alcătuiesc o parte a creației și, deci, sunt încă dependent. Nu pot dezlega enigma creației până când nu devin in-*

[1] *Ibid.*, p. 354.
[2] *Ibid.*, pp. 36-7.

dependent. Cu toate acestea, îl rog pe Bhagavan să răspundă acestei întrebări în locul meu.

R: Da. Bhagavan este cel care spune: „Să devii independent şi să dezlegi tu însuţi enigma. Ţie îţi revine s-o faci". Şi, până la urmă, unde te afli tu acum când pui această întrebare? Eşti în lume sau lumea este în tine? Trebuie să recunoşti că lumea nu este percepută în timp ce dormi, deşi nu poţi să-ţi negi propria existenţă. Lumea se iveşte când te trezeşti. Prin urmare, unde este ea? E clar că lumea este gândul tău. Gândurile sunt proiecţiile tale. Mai întâi este creat „eul", iar apoi lumea. Lumea este creată de propriul „eu", care la rându-i se iveşte din Sine. Enigma creaţiei este dezlegată dacă rezolvi problema legată de crearea „eului". Îţi spun, deci, găseşte-ţi Sinele.

Vine lumea şi te întreabă: „De ce exist «eu»? Cum am fost «eu» creată?" Tu eşti cel care pune întrebarea. Cel care pune întrebarea trebuie să stabilească relaţia dintre lume şi el însuşi. El trebuie să recunoască faptul că lumea este propria lui imaginaţie. Cine o imaginează? Să găsească „eul", iar apoi Sinele. În plus, toate explicaţiile ştiinţifice şi teologice nu concordă. Diversitatea acestor teorii demonstrează limpede cât de inutilă este cercetarea unor astfel de explicaţii. Asemenea explicaţii sunt pur mintale sau intelectuale şi nimic altceva. Toate sunt adevărate din punctul de vedere al individului. În starea de realizare nu există creaţie. Când vedem lumea, nu ne vedem pe noi înşine. Când vedem Sinele, nu vedem lumea. Deci vezi Sinele şi realizează că nu a existat creaţie[1].

[1] *Ibid.*, p. 432.

Î: *„Brahman este real. Lumea [jagat] este iluzie" este faimoasa afirmaţie a lui Sri Sankaracharya. Totuşi, alţii spun „Lumea este realitate". Care afirmaţie este adevărată?*

R: Ambele afirmaţii sunt adevărate. Ele se referă la etape diferite ale situaţiei văzute din puncte de vedere diferite. Aspirantul [*abhyasi*] începe cu definiţia – ceea ce este real există întotdeauna. Apoi el elimină lumea ca ireală deoarece ea este schimbătoare. În cele din urmă, căutătorul ajunge la Sine şi acolo descoperă unitatea ca notă predominantă. Apoi se descoperă că ceea ce la început a fost respins ca ireal este parte a unităţii. Fiind absorbită în realitate, lumea este şi ea reală. În starea de realizare a Sinelui este doar fiinţă şi nimic altceva decât fiinţă[1].

Î: *Sri Bhagavan spune adesea că* maya *[iluzia] şi realitatea sunt identice. Cum se poate aşa ceva?*

R: Sankara a fost criticat pentru opiniile lui referitoare la *maya* fără a fi înţeles. El a spus că

(1) *Brahman* este real,
(2) Universul este ireal şi
(3) Universul este *Brahman*.

El nu s-a oprit la punctul (2), deoarece punctul al treilea le explică pe celelalte două. Acest punct ne spune că universul este real dacă este perceput ca fiind una cu Sinele şi ireal dacă este perceput ca fiind separat de Sine. Prin urmare, *maya* şi realitatea sunt identice[2].

Î: *Aşadar, lumea nu este de fapt iluzorie?*

[1] *Ibid.*, p. 41.
[2] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 65.

R: La nivelul căutătorului ești nevoit să spui că lumea este o iluzie. Nu se poate altfel. Când cineva uită că este *Brahman*, care este real, permanent și omniprezent, iluzionându-se și crezând că el este corpul într-un univers plin de corpuri care sunt trecătoare, și cade pradă acestei iluzii, trebuie să-i amintești că lumea este ireală și o iluzie. De ce? Deoarece punctul de vedere al celui care și-a uitat propriul Sine rămâne în universul exterior și material. El nu se va întoarce spre interior, transformându-se în investigație dacă nu îl convingi că tot acest univers exterior și material este ireal. Odată ce își va realiza propriul Sine, el va ști că nu există nimic altceva decât propriul Sine, privind întregul univers ca *Brahman*. Nu există univers în lipsa Sinelui. Atâta vreme cât un om nu vede Sinele, care este originea a tot, uitându-se numai spre lumea exterioară pe care o consideră reală și permanentă, trebuie să-i spui că acest întreg univers exterior este o iluzie. Nu ai altă soluție. Să luăm ca exemplu un ziar. Noi vedem doar scrisul și nimeni nu bagă de seamă hârtia pe care este așternut scrisul. Hârtia există indiferent dacă scrisul există sau nu. Celor care consideră scrisul ca real trebuie să le spui că este ireal, o iluzie, deoarece el depinde de hârtie. Înțeleptul privește atât hârtia, cât și scrisul ca fiind una. La fel este și cu *Brahman* și universul.[1]

Î: *Deci lumea este reală când este percepută ca Sine și ireală când este văzută ca niște nume și forme separate?*

R: Așa cum focul este estompat de fum, lumina conștiinței este estompată de mulțimea numelor și formelor, de lume. Când, prin milostivirea harului divin, mintea se limpezește,

[1] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 94.

se va ști că nu formele iluzorii sunt natura lumii, ci doar realitatea.

Doar acei oameni cu minţile lipsite de puterea nocivă a iluziei [*maya*], după ce vor fi renunţat la cunoaşterea lumii şi nu sunt ataşaţi de ea, dobândind, deci, cunoaşterea realităţii supreme ce străluceşte de la sine, doar aceştia pot înţelege corect semnificaţia afirmaţiei „Lumea este reală". Dacă perspectiva cuiva a fost transformată şi a dobândit natura cunoaşterii adevărate, lumea celor cinci elemente, începând cu eterul [*akasa*], va fi reală, fiind realitatea ultimă, care este natura cunoaşterii.

Starea originară a acestei lumi vide, care este uluitoare şi ticsită de atâtea nume şi forme, este beatitudine, care este una aşa cum gălbenuşul unui păun multicolor este doar unul. Cunoaşte acest adevăr stăruind în starea de Sine[1].

Î: *Nu pot spune că am înțeles totul foarte clar. Lumea pe care o vedem și simțim în atâtea feluri diferite este ceva ca un vis, o iluzie?*

R: Nu există altă cale pentru tine decât să accepţi lumea ca ireală, dacă tu cauți adevărul și numai adevărul.

Î: *De ce este așa?*

R: Din simplul motiv că dacă nu renunţi la ideea că lumea este reală, mintea ta va fi mereu ancorată în ea. Dacă vei considera aparenţele ca fiind reale, nu vei cunoaște niciodată realul însuși, deși numai realul există. Această situaţie este ilustrată de analogia șarpelui din frânghie. Poţi fi păcălit să crezi că o bucată de frânghie este un șarpe. Cât timp îţi imaginezi că frânghia este un șarpe nu poţi vedea frânghia ca frânghie. Şar-

[1] Muruganar, *op. cit.*, vv. 49, 50, 51, 52, 57.

pele inexistent devine real pentru tine, în vreme ce frânghia reală pare cu totul inexistentă ca atare.

Î: *Este uşor să accepţi ca ipoteză de lucru că lumea nu este în cele din urmă reală, dar este greu să fii convins că este cu adevărat ireală.*

R: Chiar şi aşa, visul tău este real atâta vreme cât visezi. Cât timp durează visul, tot ceea ce vezi şi simţi în el este real.

Î: *Prin urmare, lumea nu este decât un vis?*

R: Ce este în neregulă cu senzaţia de realitate pe care o ai când visezi? S-ar putea să visezi ceva absolut imposibil, de exemplu, că vorbeşti plin de veselie cu cineva mort. Preţ de o clipă, s-ar putea să te îndoieşti, spunându-ţi: „Tipul ăsta nu a murit?", dar, cumva, mintea ta se împacă cu vedenia din vis, iar respectiva persoană este ca şi vie din perspectiva visului. Cu alte cuvinte, visul ca vis nu-ţi îngăduie să te îndoieşti de realitatea lui. La fel se întâmplă şi în starea de veghe, căci tu nu poţi să te îndoieşti de realitatea lumii pe care o vezi cât timp eşti în stare de veghe. Cum ar putea mintea care a creat ea însăşi lumea să accepte că ea este ireală? Iată relevanţa comparaţiei dintre lumea stării de veghe şi lumea visului. Amândouă sunt creaţii ale minţii şi, atât timp cât mintea este captivată de vreuna dintre ele, îi este imposibil să-i nege realitatea. Ea nu poate nega realitatea lumii din vis câtă vreme visează şi nu poate nega realitatea lumii din starea de veghe câtă vreme este trează. Dacă, dimpotrivă, îţi retragi complet mintea din lume, întorcând-o spre interior, şi rămâi acolo, adică dacă eşti mereu treaz faţă de realitatea Sinelui, care este substratul tuturor experienţelor, vei descoperi că lumea pe care o percepi acum este la fel de ireală ca lumea în care ai trăit în vis.

Î: *Vedem, percepem și simțim lumea în atâtea moduri diferite. Aceste senzații sunt niște reacții față de obiectele văzute și percepute. Ele nu sunt creații mintale ca în vise, care diferă nu doar de la individ la individ, dar și la aceeași persoană. Nu este acest lucru suficient pentru a dovedi realitatea obiectivă a lumii?*

R: Toate aceste considerații legate de inadvertențele lumii din vis nu apar decât acum, când ești treaz. Cât timp visezi, visul este un întreg absolut coerent. Cu alte cuvinte, dacă în vis ți-a fost sete, băutul iluzoriu al apei iluzorii ți-a ostoit setea iluzorie. Dar pentru tine toate acestea erau reale și deloc iluzorii deoarece nu știai că visul însuși este iluzoriu. La fel se întâmplă și cu lumea din starea de veghe. Senzațiile pe care le ai acum sunt astfel coordonate pentru a-ți da impresia că lumea este reală.

Dacă, dimpotrivă, lumea este o realitate de sine stătătoare (căci la asta te refereai vorbind despre obiectivitatea ei), ce împiedică lumea să ți se înfățișeze în somn? Tu nu afirmi că nu ai existat în somn.

Î: *Eu nu neg nici existența lumii în timp ce dorm. Ea există în tot acest timp. Dacă eu nu am văzut-o în timp ce dormeam, au văzut-o alții care nu dormeau.*

R: Pentru a spune că existai în timpul somnului a fost necesar să recurgi la mărturia altora ca să ți-o dovedească? De ce vrei acum vreo dovadă din partea lor? Aceștia îți pot spune că au văzut lumea în timp ce tu dormeai doar când tu însuți ești treaz. În privința propriei tale existențe, situația e diferită. Trezindu-te, spui că ai dormit buștean, iar aceasta este măsura în care ești conștient de tine însuți în timpul somnului profund, răstimp în care nu ai nici cea mai mică idee despre existența

lumii. Chiar şi acum, cât timp eşti treaz, lumea este cea care spune „eu sunt reală” sau tu o spui?

Î: *Bineînţeles că eu o spun, dar o spun în legătură cu lumea.*

R: Păi, atunci acea lume despre care tu spui că este reală râde realmente de tine pentru că încerci să-i dovedeşti realitatea, în vreme ce îţi ignori propria realitate.

Doreşti ca, într-un fel sau altul, să susţii că lumea este reală. Care este măsura realităţii? Este real numai ce există prin sine însuşi, care se vădeşte prin sine şi care este etern şi neschimbător.

Există lumea prin ea însăşi? A fost ea văzută vreodată fără ajutorul minţii? În somn nu există nici minte, nici lume. Ce înseamnă această simultaneitate invariabilă? Cunoşti principiile logicii inductive care constituie temeiul investigaţiei ştiinţifice. De ce nu tranşezi problema realităţii lumii în lumina acestor principii logice unanim acceptate?

Despre tine însuţi poţi spune „eu exist”. Adică, existenţa ta nu este simplă existenţă, este existenţă de care eşti conştient. De fapt, este existenţă identică cu conştiinţa.

Î: *Lumea nu poate fi conştientă de ea însăşi, cu toate acestea, ea există.*

R: Conştiinţa este întotdeauna conştiinţă de Sine. Dacă eşti conştient de orice, eşti, în fond, conştient de tine însuţi. Existenţa ce nu este conştientă de sine este o contradicţie în termeni. Ea nu este existenţă deloc, ci este o simplă existenţă prin asociere, în vreme ce adevărata existenţă, *sat*, este substanţa însăşi. Ea este *vastu* [realitate]. Aşadar, realitatea este cunoscută ca *sat-cit*, fiinţă-conştiinţă, şi niciodată doar ca unul dintre aceste două elemente. Lumea nici nu există prin

sine însăşi, nici nu este conştientă de existenţa ei. Cum poţi spune că o asemenea lume este reală?

Şi care este natura lumii? Ea este schimbare perpetuă, o curgere continuă şi interminabilă. O lume dependentă, mereu schimbătoare şi care nu este conştientă de sine nu poate fi reală[1].

Î: *Sunt reale numele şi formele proprii lumii?*

R: Nu le vei descoperi a fi separate de substrat [*adhishtana*]. Când încerci să ajungi la nume şi formă, nu vei găsi decât realitatea. Prin urmare, dobândeşte cunoaşterea a ceea ce este real pentru eternitate.

Î: *De ce pare starea de veghe atât de reală?*

R: Vedem atât de multe pe ecranul cinematografului, dar nimic nu este real, cu excepţia ecranului. Tot astfel, în stare de veghe nu există nimic altceva decât *adhishtana*. Cunoaşterea lumii este cunoaşterea celui care cunoaşte lumea [*jagrat-prama* este *prama* lui *jagrat-pramata*]. Amândouă dispar în timpul somnului.

Î: *De ce vedem o asemenea permanenţă şi stabilitate în lume?*

R: O vedem astfel din cauza ideilor eronate. Când cineva spune că s-a scăldat de două ori în acelaşi râu greşeşte, deoarece atunci când s-a scăldat a doua oară râul nu era acelaşi ca atunci când s-a scăldat pentru prima oară. Privind de două ori lumina unei flăcări, omul spune că vede aceeaşi flacără, dar flacăra se schimbă în fiecare moment. De acest fel este starea de veghe. Aparenţa de imobilitate este o eroare de percepţie.

Î: *Unde este eroarea?*

---

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 63-7.

R: În cunoscător [*pramata*].

Î: *Cum a apărut cunoscătorul?*

R: În urma erorii de percepție. De fapt, cunoscătorul și percepțiile lui eronate apar simultan, iar când se dobândește cunoașterea Sinelui, ele dispar simultan.

Î: *De unde s-au ivit cunoscătorul și percepțiile lui eronate?*

R: Cine pune întrebarea?

Î: *Eu.*

R: Descoperă acel „eu" și toate dubiile tale se vor soluționa. Așa cum într-un vis apar o cunoaștere, un cunoscător și un cunoscut de factură falsă, același proces operează în starea de veghe. În ambele stări, cunoscând acest „eu", cunoști totul și nu mai rămâne nimic de cunoscut. În timpul somnului profund cunoscătorul, cunoașterea și cunoscutul nu există. Tot astfel, în clipa când veți cunoaște nemijlocit „eul" real, ele nu vor exista. Orice vezi că se întâmplă în starea de veghe i se întâmplă doar cunoscătorului și, cum cunoscătorul este ireal, nu se întâmplă, de fapt, nimic[1].

Î: *Lumina care conferă identitate senzației de „eu" și cunoașterii îndreptate spre lume este ignoranță sau* cit, *conștiință?*

R: Ceea ce face ca „eul" să se creadă diferit de alții nu este decât lumina reflectată a lui *cit*. De asemenea, această lumină reflectată face „eul" să creeze obiecte, dar pentru o asemenea reflectare trebuie să existe o suprafață pe care să aibă loc reflectarea.

Î: *Ce este acea suprafață?*

R: Odată cu realizarea Sinelui, vei descoperi că reflexia și suprafața pe care ea are loc practic nu există, amândouă fiind

[1] S. Madhavatirtha, „Conversations with Bhagavan", *The Mountain Path*, 1981, vol. 18, pp. 154-5.

una și aceeași *cit*. Există lumea care necesită o locație pentru a exista și lumină pentru a o face perceptibilă. Amândouă apar simultan. Prin urmare, existența în plan fizic și percepția depind de lumina minții, care este reflectată pornind de la Sine. Așa cum imaginile de cinematograf pot deveni vizibile cu ajutorul unei lumini reflectate și numai în întuneric, tot astfel imaginile lumii sunt perceptibile numai prin intermediul luminii provenite de la Sine, lumină reflectată în bezna ignoranței [*avidya*]. Lumea nu poate fi văzută nici în bezna cumplită a ignoranței, ca în somnul profund, nici în lumina absolută a Sinelui, ca în realizarea de Sine, cunoscută și ca *samadhi*[1].

[1] S. Cohen, *op. cit.*, pp. 56-7.

CAPITOLUL 18

Reîncarnarea

Cele mai multe religii au elaborat teorii sofisticate pentru a explica ce se întâmplă cu sufletul individual după moartea corpului. Unele susțin că sufletul merge în rai sau în iad, în timp ce altele că sufletul se reincarnează într-un corp nou.

Potrivit învățăturii date de Sri Ramana, toate aceste teorii se întemeiază pe premisa falsă că sinele sau sufletul individual este real; odată ce vedem dincolo de această iluzie, întreaga suprastructură a teoriilor despre viața de apoi se prăbușește. Din punctul de vedere al Sinelui, nu există naștere sau moarte, nici rai sau iad și nici reincarnare.

Ca o concesie pentru cei care nu erau capabili să asimileze implicațiile acestui adevăr, Sri Ramana admitea uneori că reincarnarea există. Răspunzând unor asemenea oameni, el spunea că, dacă cineva își imaginează că sufletul individual este real, atunci acel suflet individual va dăinui după moarte și, în cele din urmă, se va identifica cu un corp nou și o viață nouă. El spunea că întregul proces este menținut de tendința minții de a se identifica pe sine cu un corp. Odată ce iluzia limitantă a minții este depășită, identificarea cu trupul încetează, descoperindu-se că toate teoriile legate de moarte și reincarnare sunt nerealiste.

Î: *Este reincarnarea adevărată?*

R: Reincarnarea există doar atâta vreme cât există ignoranță. De fapt, nu există niciun fel de reincarnare, nici acum, nici înainte. După cum nu va exista niciun fel de viață de apoi. Acesta este adevărul.

Î: *Poate un yoghin să-și cunoască viețile anterioare?*

R: Cunoști cumva viața prezentă pentru a dori să cunoști trecutul? Descoperă prezentul, iar restul va veni de la sine. Chiar și având acces la cunoașterea ta limitată din prezent, tu suferi atât de mult. De ce să te împovărezi cu și mai multă cunoaștere? Pentru a suferi mai mult?[1]

Văzută din perspectiva spațiului suprem al Sinelui, se descoperă că iluzia nașterii în această lume falsă ca un miraj nu este decât ignoranța egoistă a identificării propriului corp cu „eul". Printre cei ale căror minți sunt copleșite de uitarea Sinelui, cei care se nasc vor muri, iar cei care vor muri se vor naște iar. Dar să știi că aceia ale căror minți sunt moarte, după ce au cunoscut realitatea ultimă, vor rămâne doar acolo, în acea stare superioară de realitate, o stare lipsită atât de naștere, cât și de moarte. Uitarea Sinelui, confundarea corpului cu Sinele, rătăcirea prin nenumărate nașteri și, în cele din urmă, cunoașterea Sinelui și contopirea ființială cu Sinele seamănă cu trezirea de după un vis în care se făcea că ai hoinărit prin toată lumea[2].

Î: *Cât timp durează până când un om renaște după moarte? Se întâmplă imediat după naștere sau după o vreme?*

R: Nu știi ce erai înainte de naștere, dar vrei să știi ce vei fi după moarte. Știi ce ești acum?

---

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 41.
[2] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 874, 1122, Bhagavan 9.

Naşterea şi renaşterea au de-a face cu trupul. Tu identifici Sinele cu trupul. Această identificare este greşită. Crezi că trupul s-a născut şi va muri, confundând fenomenele legate de corp cu Sinele. Cunoaşte-ţi adevărata fiinţă şi aceste întrebări nu vor apărea.

Se vorbeşte despre naştere şi renaştere doar pentru a te face să cercetezi problema şi să descoperi că nu există nici naşteri, nici renaşteri. Ele au de-a face cu trupul, şi nu cu Sinele. Cunoaşte Sinele şi nu te lăsa tulburat de dubii[1].

Î: *Acţiunile cuiva nu influenţează acea persoană într-o viaţă viitoare?*

R: Eşti născut acum? De ce te gândeşti la alte vieţi? De fapt, nu există nici naştere, nici moarte. Lasă-l pe cel care este născut să se gândească la moarte şi la modalităţile de a-şi calma angoasele provocate de ea[2].

Î: *Ce se întâmplă cu o persoană după moarte?*

R: Implică-te în prezentul viu. Viitorul îşi va purta singur de grijă. Scripturile sacre vorbesc despre starea de dinaintea creaţiei şi despre procesul creaţiei pentru ca tu să poţi cunoaşte prezentul. Pentru că tu spui că te-ai născut, ele spun da, adăugând că te-a creat Dumnezeu.

Dar îl vezi tu pe Dumnezeu sau orice altceva în timpul somnului? Dacă Dumnezeu este real, de ce nu străluceşte şi în timp ce dormi? Tu eşti întotdeauna, tu eşti acelaşi acum ca şi în timp ce dormeai. Nu eşti diferit de cel care doarme. Dar de ce să existe diferenţe între senzaţiile sau experienţele celor două stări?

---

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 235.
[2] *Ibid.*, p. 13.

Ți-ai pus întrebări despre nașterea ta în timp ce dormeai? Te-ai întrebat: „Unde mă duc după moarte?" De ce să te gândești la aceste întrebări acum, în starea de veghe? Lasă ceea ce este născut să se gândească la nașterea sa și la remediul necesar, la cauza sa și la consecințele ultime ce decurg de aici[1].

Î: *Ce se întâmplă cu individul [*jiva*] după moarte?*

R: Întrebarea nu este nimerită pentru un *jiva* care trăiește acum. Un *jiva* mort mă poate întreba așa ceva, dacă vrea să o facă. Până una-alta, se cuvine ca *jiva* în carne și oase să-și rezolve problema prezentă și să descopere cine este. Apoi toate aceste îndoieli vor dispărea[2].

Î: *Concepția specific budistă potrivit căreia nu există vreo entitate imuabilă care să corespundă ideilor legate de sufletul individual este corectă sau nu? Este ea compatibilă cu concepția hindusă că există un eu care se reincarnează? Este sufletul o entitate imuabilă care se reincarnează iar și iar, așa cum spune învățătura hindusă sau este un simplu morman de tendințe mintale –* samskara*?*

R: Sinele real este continuu și neschimbat. Eul care se reincarnează aparține planului inferior, mai precis gândului. El este depășit prin realizarea Sinelui.

Reincarnările sunt datorate unei excrescențe fictive. Prin urmare, ele sunt negate de budiști. Actuala stare de ignoranță este cauzată de identificarea conștiinței [*cit*] cu trupul nesimțitor [*jada*][3].

Î: *Nu mergem în rai [*svarga*] ca urmare a acțiunilor noastre?*

[1] *Ibid.*, pp. 191-2.
[2] *Ibid.*, p. 55.
[3] *Ibid.*, p. 121.

R: El este la fel de adevărat ca și existența prezentă. Dar dacă ne întrebăm cine suntem și descoperim Sinele, ce nevoie avem să ne gândim la rai?

Î: *N-ar trebui să încerc să scap de renaștere?*

R: Ba da. Descoperă cine este născut și cine resimte suferința existenței. Când dormi, te gândești la renașteri sau chiar la existența prezentă? Prin urmare, descoperă de unde provine problema prezentă și în acel loc vei găsi soluția. Vei descoperi că nu există naștere, nici suferință sau nefericire în clipa de față. Sinele este totul și totul este beatitudine. Chiar și acum suntem liberi de orice renaștere, așadar, de ce să ne batem capul cu suferința legată de ea?[1]

Î: *Există renaștere?*

R: Știi ce este nașterea?

Î: *O, da, știu că exist acum, dar vreau să știu dacă voi exista în viitor.*

R: Trecut!... Prezent!... Viitor!...

Î: *Da, ziua de azi este rezultatul zilei de ieri, al trecutului, iar mâine viitorul va fi rezultatul zilei de azi, al prezentului. Am dreptate?*

R: Nu există nici trecut, nici viitor. Există numai prezentul. Ziua de ieri era prezentul când ai trăit-o, iar ziua de mâine va fi și ea prezentul când o vei trăi. Așadar, experiența are loc numai în prezent, iar dincolo de experiență nu există nimic.

Î: *Prin urmare, trecutul și prezentul sunt doar în imaginația noastră?*

R: Da. Până și prezentul nu este decât imaginație, căci percepția timpului este pur mintală. Spațiul este și el o catego-

[1] *Ibid.*, p. 40.

rie mintală. În consecinţă, naşterea şi renaşterea, care au loc în timp şi spaţiu, nu pot fi altceva decât imaginaţie pură[1].

Î: *Care este cauza setei [*tanha*] de viaţă şi de renaştere?*

R: Adevărata renaştere înseamnă să mori trecând de la eu la spirit. Iată semnificaţia crucificării lui Isus. Când există identificarea cu trupul, se găseşte mereu un trup, fie acesta, fie oricare altul, până când percepţia corpului dispare contopindu-se în sursă – spiritul sau Sinele. Piatra care este aruncată în sus rămâne într-o mişcare continuă până când se întoarce la sursa ei, pământul, şi se odihneşte. Durerea de cap continuă să agaseze până când se redobândeşte starea anterioară durerii de cap.

Setea de viaţă este ceva inerent pentru însăşi natura vieţii, care este existenţa absolută – *sat*. Deşi indestructibilă prin natură, din cauza unei false identificări cu instrumentul ei care poate fi distrus – corpul –, conştiinţa absoarbe falsul presentiment că poate fi distrusă. Din cauza acestei false identificări, ea încearcă să perpetueze corpul, iar tentativa are ca rezultat o succesiune de naşteri. Dar oricât de mult ar dăinui aceste corpuri, în cele din urmă ele se sfârşesc şi lasă loc Sinelui, singurul care există din eternitate.

Î: *Da. „Renunţă la viaţa ta dacă vrei să trăieşti", spune* Vocea tăcerii *de H. P. Blavatsky.*

R: Renunţă la această falsă identificare şi aminteşte-ţi că trupul nu poate exista fără Sine, în vreme ce Sinele poate exista fără trup. De fapt, el este întotdeauna fără trup.

Î: *Tocmai s-a ivit o îndoială în mintea unei prietene de-ale mele. Ea tocmai a auzit că o fiinţă umană se poate naşte ca ani-*

[1] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 44.

mal într-o altă viață, ceea ce contravine lucrurilor pe care le-a învățat de la teosofie.

R: Lasă-l pe cel care se naște să pună această întrebare. Află mai întâi cine este cel care se naște și dacă există, realmente, naștere și moarte. Vei descoperi că nașterea ține de eu, care este o iluzie a minții[1].

Î: *Este posibil ca un om să se reincarneze ca un animal inferior?*

R: Da. Este posibil, așa cum se arată în *Jada Bharata* – în povestea despre înțeleptul de curte care s-a reincarnat în cerb.

Î: *Poate individul să progreseze spiritual într-un corp animal?*

R: Nu este imposibil, deși este extrem de rar[2]. Nu este adevărat că nașterea ca om este neapărat cea mai aleasă și că individul trebuie să dobândească realizarea numai din condiția de om. Chiar și un animal poate ajunge la realizarea Sinelui[3].

Î: *Teosofia vorbește despre intervale de 50 până la 10 000 de ani între moarte și renaștere. De ce este așa?*

R: Nu există vreo legătură între unitatea de măsură proprie unei anumite stări de conștiință și cea specifică alteia. Toate aceste măsurători sunt ipotetice. Este adevărat că în cazul unor indivizi durează mai mult, iar în cazul altora mai puțin. Dar trebuie să înțelegem foarte clar că nu este un suflet care vine și pleacă, ci doar mintea individului, care îl face să pară că face asta. Pe oricare plan ar acționa mintea, ea își creează un corp; în lumea fizică, un corp fizic și în lumea onirică, un corp oniric, care se udă cu apa ploii din vis și se îmbolnăvește

[1] *Ibid.*, pp. 41-2.
[2] Venkataramiah, *op. cit.*, p. 164.
[3] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 263.

de boli din vis. După moartea corpului fizic, mintea rămâne inactivă pentru o vreme, ca în somnul fără vise când rămâne fără lume și, deci, fără corp. Dar ea redevine curând activă într-o nouă lume și într-un nou corp – corpul astral – până când ia un alt corp în ceea ce se numește „reincarnare". Dar un *jnani*, un om care a realizat Sinele, cineva a cărui minte a încetat deja să acționeze, rămâne netulburat de moarte. Mintea unui *jnani* a încetat să existe: ea a sucombat și nu va mai învia niciodată pentru a pricinui nașteri și morți. Pentru el, lanțul iluziilor s-a rupt pe veci.

Trebuie să fie clar acum că, în realitate, nu există nici naștere, nici moarte. Mintea este cea care creează și menține iluzia realității în acest proces, până când este distrusă prin realizarea Sinelui[1].

Î: *Nu dizolvă moartea individualitatea unei persoane, astfel încât nu mai poate exista reincarnare, așa cum fluviile vărsate în ocean își pierd particularitățile?*

R: Dar când apele se evaporă și se întorc pe dealuri ca ploaie, ele curg din nou sub forma fluviilor și se varsă în ocean. Tot astfel, în timpul somnului, individualitățile își pierd caracterul distinct, dar se întorc ca indivizi conform tendințelor [*samskara*] lor din trecut. La fel se întâmplă și după moarte – individualitatea persoanei cu tendințe mintale [*samskara*] nu se pierde.

Î: *Cum este cu putință așa ceva?*

R: Vezi cum un copac ale cărui crengi au fost tăiate crește din nou. Atâta vreme cât rădăcinile copacului rămân nevătămate, copacul va continua să crească. Tot astfel, tendințele

[1] S. Cohen, *op. cit.*, p. 40.

mintale [*samskara*] care, în momentul morții, n-au făcut decât să se cufunde în Inimă, dar nu au pierit din acest motiv, vor prilejui reincarnarea la momentul potrivit. Iată cum se nasc iar indivizii [*jiva*].

Î: *Cum este posibil ca nenumărații indivizi [*jiva*] și universul imens pe care îl generează să se ivească din niște tendințe mintale atât de subtile cufundate în Inimă?*

R: Așa cum arborele banyan răsare dintr-o sămânță minusculă, indivizii și întreg universul cu nume și formă se ivesc din tendințele mintale subtile [*samskara*][1].

Î: *Cum se mută* jiva *de la un corp la celălalt?*

R: Când cineva se află în apropierea morții, începe să respire greu; asta înseamnă că persoana respectivă nu mai este conștientă de corpul muribund. Mintea acaparează imediat un alt corp, pendulând între cele două, până când se atașează total de noul corp. Între timp, se întâmplă să mai existe câte-o respirație violentă, iar asta înseamnă că mintea se întoarce la corpul muribund. Această stare de tranziție a minții seamănă întru câtva cu visul.[2]

Î: *Cât de lung este intervalul dintre moartea și reincarnarea cuiva?*

R: El poate fi lung sau scurt. Dar un *jnani* nu suferă asemenea schimbări; el se contopește în ființa universală.

Unii spun că aceia care, după moarte, urmează calea luminii nu se mai nasc, în timp ce aceia care, după moarte, urmează calea întunericului se reincarnează după ce s-au bucurat de roadele *karmei* în corpurile lor subtile.

---

[1] T. N. Venkataraman, *op. cit.*, p. 27.
[2] „Who", *Maha Yoga*, p. 196.

Alții spun că, dacă meritele și lipsurile cuiva sunt egale, ei se reincarnează direct aici. Când meritele precumpănesc, corpurile subtile merg în paradis și apoi se reincarnează aici; când lipsurile precumpănesc, ei merg în diferitele infernuri și, ulterior, se reincarnează aici.

Se spune că un *Yogabrashta* [cineva care s-a abătut de la calea yoghină] are parte de același parcurs. Toate acestea sunt descrise în scripturile sacre [*sastra*]. Dar, de fapt, nu există nici naștere, nici moarte. Omul rămâne doar ceea ce este el realmente. Iată singurul adevăr[1].

Î: *Consider aceste lucruri foarte derutante. În cele din urmă, atât nașterile, cât și reincarnările sunt ireale?*

R: Dacă există naștere, trebuie să existe nu doar o singură reincarnare, ci o întreagă succesiune de nașteri. De ce și cum ai avut parte de această naștere? Din același motiv și în același fel trebuie să ai parte de nașteri succesive. Dar dacă întrebi cine are parte de naștere și dacă nașterea și moartea sunt pentru tine sau pentru cineva diferit de tine, atunci realizezi adevărul, iar adevărul arde întreaga *karmă* și te eliberează de toate nașterile. Cărțile sacre descriu într-o manieră foarte sugestivă cum toată *karma* acumulată de la nașterile anterioare [*sancita karma*], care ar avea nevoie de nenumărate vieți pentru a se consuma, este arsă de cea mai mică scânteie de cunoaștere [*jnana*], așa cum un munte de praf de pușcă va fi aruncat în aer de o singură scânteie. Eul este cauza întregii lumi și a nenumăratelor științe ale căror cercetări sunt atât de minunate, încât sfidează orice descriere, iar dacă eul este dizolvat prin

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 531.

investigare, toate acestea se prăbuşesc imediat, nerămânând decât Sinele[1].

Î: *Vreţi să spuneţi că nici măcar nu m-am născut vreodată?*

R: Da. Acum crezi că eşti corpul şi, astfel, te identifici eronat cu naşterea şi moartea lui. Dar tu nu eşti corpul şi nu ai parte de naştere şi moarte.

Î: *Prin urmare, nu susţineţi teoria reincarnării?*

R: Nu. Pe de altă parte, vreau să-ţi spulber deruta care te face să crezi că te vei reincarna. Tu eşti cel care crede că te vei naşte din nou.

Vezi pentru cine apare această întrebare. Dacă nu este descoperit cel care pune întrebarea, asemenea întrebări nu-şi pot găsi niciodată răspunsul[2].

---

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, p. 221.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 602.

CAPITOLUL 19

Natura lui Dumnezeu

La prima vedere, afirmaţiile lui Sri Ramana despre Dumnezeu par a fi grevate de contradicţii: o dată îl putem auzi spunând că Dumnezeu nu face niciodată nimic, altă dată că nimic nu se întâmplă decât cu voia Lui. Uneori spunea că Dumnezeu este doar o idee din mintea omului, pe când alteori spunea că Dumnezeu este singura realitate existentă.

Aceste afirmaţii contradictorii reflectă, în mare parte, diferitele niveluri de înţelegere pe care Ramana le-a întâlnit la interlocutorii săi. Celor care venerau zei personali li se ofereau adesea explicaţii de factură antropomorfă. Li se spunea că Dumnezeu a creat lumea, că o menţine cu ajutorul puterii sale divine, că se îngrijeşte de nevoile tuturor locuitorilor ei şi că nu se întâmplă nimic contrar voii sale. Pe de altă parte, celor care nu erau atraşi de o asemenea teorie li se spunea că toate aceste idei despre Dumnezeu şi puterea Lui erau simple creaţii mintale care nu făceau decât să umbrească adevărata experienţă a lui Dumnezeu, care este inerentă în fiecare dintre noi.

La nivelul cel mai înalt al învăţăturilor sale, termenii „Dumnezeu" şi „Sine" sunt sinonimi folosiţi pentru a desemna realitatea imanentă care este descoperită prin realizarea Sinelui. Astfel, realizarea Sinelui este realizarea lui Dumnezeu; ea nu este o experienţă *a* Divinităţii, ci, mai degrabă, înţelege-

rea faptului că *ești* Dumnezeu. Din perspectiva acestui nivel suprem de înțelegere, afirmațiile lui Sri Ramana pot fi rezumate astfel:

1. Dumnezeu este imanent și lipsit de formă; El este ființă pură și conștiință pură.
2. Manifestarea apare în El și prin puterea Lui, dar El nu este creatorul ei. Dumnezeu nu acționează niciodată, El pur și simplu este. El nu este nici voință, nici dorință.
3. Individualitatea este iluzia că nu suntem identici cu Dumnezeu; când iluzia este spulberată, ceea ce rămâne este Dumnezeu.

Adresându-se celor aflați la un nivel inferior de înțelegere, Ramana vorbea despre *Iswara*, numele hindus al celui mai înalt zeu personal. El spunea că *Iswara* există atâta vreme cât omul își imaginează că este o persoană individuală. Cât timp persistă individualitatea, există un Dumnezeu care supraveghează activitățile universului; în lipsa individualității, *Iswara* este inexistent.

Pe lângă *Iswara*, tradiția hindusă are multe zeități care seamănă cu zeii și demonii mitologiei nordice și grecești. Aceste zeități joacă un rol central în viața hindușilor de rând, realitatea lor fiind încă larg acceptată. Sri Ramana i-a surprins pe mulți spunând că asemenea ființe sunt la fel de reale ca oamenii care cred în ele. El recunoștea că, după momentul realizării, acei zei împărtășesc soarta avută de *Iswara*, dar înaintea acestui moment, el părea să îi considere niște dregători im-

portanţi într-o ierarhie cosmologică, ierarhie ce se îngrijea de treburile lumii.

Î: *Se spune despre Dumnezeu că este atât manifestat, cât şi nemanifestat. Ca manifestat, se spune despre El că include lumea ca o parte a fiinţei sale. Dacă este aşa, nouă, ca o parte a lumii, ar fi trebuit să ne fie uşor să-l cunoaştem în forma Lui manifestată.*

R: Cunoaşte-te pe tine însuţi înainte de a căuta să te hotărăşti asupra naturii lui Dumnezeu şi a lumii.

Î: *A mă cunoaşte pe mine însumi înseamnă în acelaşi timp a-l cunoaşte pe Dumnezeu?*

R: Da. Dumnezeu este înăuntrul tău.

Î: *Ce mă împiedică atunci să mă cunosc pe mine însumi sau pe Dumnezeu?*

R: Mintea ta haotică şi felul tău greşit de a fi.

Î: *Este Dumnezeu personal?*

R: Da, El este întotdeauna persoana întâi, eul, care este mereu în faţa ta. Deoarece dai întâietate lucrurilor lumeşti, Dumnezeu pare să se fi retras în fundal. Dacă renunţi la toate celelalte şi îl cauţi numai pe El, va rămâne doar El, ca eul identic cu Sinele[1].

Î: *Este Dumnezeu separat de Sine?*

R: Sinele este Dumnezeu. „Eu sunt” este Dumnezeu. Această întrebare se iveşte pentru că te cramponezi de sinele individului. Ea nu se va ivi dacă te ancorezi în Sinele real, deoarece Sinele real nu va întreba nimic, fiind incapabil de a o face. Dacă Dumnezeu ar fi separat de Sine, El ar trebui să fie

[1] T.N: Venkataraman (pub.), *Maharshi`s Gospel*, pp. 55-8.

un Dumnezeu lipsit de Sine, ceea ce este absurd[1]. Dumnezeu, care pare să fie inexistent, este singurul care există cu adevărat, în vreme ce individul, ce pare să existe, este veşnic inexistent. Înţelepţii spun că doar acea stare în care cineva îşi cunoaşte propria nonexistenţă [*sunya*] este minunata cunoaştere supremă[2].

Acum tu crezi că eşti un individ, că universul există şi că Dumnezeu se află dincolo de cosmos. Prin urmare, există ideea de separare. Această idee trebuie să dispară, căci Dumnezeu nu este separat de tine sau de cosmos. Tot astfel, *Gita* spune:

Eu sunt Sinele, O, Domn al Somnului,
Care sălăşluieşte în inimile tuturor fiinţelor.
Eu sunt începutul, mijlocul
Şi sfârşitul tuturor fiinţelor (*Bhagavat Gita*, X. 20).

Aşadar, Dumnezeu nu este doar în inima tuturor, El este susţinătorul tuturor, El este sursa tuturor, sălaşul tuturor şi sfârşitul tuturor. Toate provin din El, adastă pentru o vreme în El şi, în cele din urmă, se dizolvă în El. Deci El nu este separat.

Î: *Cum să înţelegem următorul pasaj din* Gita: *„Acest întreg univers alcătuieşte o părticică din mine"?*

R: Nu înseamnă că o mică parte din Dumnezeu se separă de El şi alcătuieşte universul. Puterea [*sakti*] Lui este cea care acţionează. Ca rezultat al unei etape a acestei activităţi, cosmosul a devenit manifest. Tot astfel, afirmaţia din *Purusha*

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 333.
[2] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 867.

Sukta, „Toate ființele alcătuiesc piciorul lui", nu înseamnă că *Brahman* are mai multe părți.

Î: *Înțeleg acest lucru. Cu siguranță,* Brahman *nu este divizibil.*

R: Fapt este că *Brahman* este tot și rămâne indivizibil. El este dintotdeauna realizat, dar omul nu-și dă seama de asta. El trebuie să ajungă la această cunoaștere. Cunoașterea înseamnă depășirea obstacolelor care împiedică revelarea adevărului etern că Sinele este identic cu *Brahman*. Totalitatea acestor obstacole alcătuiește ideea noastră de indivizi separați[1].

Î: *Este Dumnezeu același cu Sinele?*

R: Sinele este cunoscut de toată lumea, dar nu foarte limpede. Tu exiști întotdeauna. Ființarea este Sinele. „Eu sunt" este numele lui Dumnezeu. Dintre toate definițiile date lui Dumnezeu, niciuna nu este atât de bine formulată ca enunțul biblic: „Eu sunt Cel ce sunt" din Exodul 3. Există și alte enunțuri, precum *Brahmaivaham* [*Brahman* sunt eu], *aham Brahmasmi* [Eu sunt *Brahman*] și *soham* [Eu sunt Acela]. Dar niciunul nu este atât de direct precum numele de Iahve, care înseamnă „eu sunt". Ființa absolută este ceea ce este. Ea este Sinele. Ea este Dumnezeu. Cunoscând Sinele, este cunoscut Dumnezeu. De fapt, Dumnezeu nu este altceva decât Sinele[2].

Î: *Dumnezeu pare a fi cunoscut prin multe nume diferite. Este vreunul dintre ele îndreptățit?*

R: Printre miile de nume ale lui Dumnezeu, niciun nume nu i se potrivește lui Dumnezeu, care sălășluiește în Inimă, lipsit de gând, atât de precis și de frumos ca numele „eu" sau „eu sunt". Dintre toate numele lui Dumnezeu pe care le cu-

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 610-11.
[2] *Ibid.*, p. 102.

noaştem, doar numele divin „eu" va răsuna triumfător când individul va fi distrus, înălţându-se ca supremul cuvânt tăcut [*mauna-pata-vak*] în spaţiul Inimii celor care şi-au îndreptat atenţia spre Sine. Chiar dacă omul meditează neîncetat asupra numelui „Eu-Eu" cu atenţia îndreptată asupra senzaţiei de „eu", îl va lua şi-l va cufunda în sursa din care se iveşte gândul, nimicind individul, embrionul, care este legat de trup[1].

Î: *Care este relaţia dintre Dumnezeu şi lume? Este El creatorul ei sau cel care o susţine?*

R: Fiinţele însufleţite şi neînsufleţite de toate felurile efectuează acţiuni prin simpla prezenţă a soarelui, care răsare pe cer într-o manieră absolut involuntară. Astfel, acţiunile sunt îndeplinite de Domnul fără vreo deliberare sau vreo dorinţă din partea sa. Simpla prezenţă a soarelui este suficientă ca sub lupă să apară focul, ca mugurii de bambus să înflorească, ca nuferii să se închidă şi toate celelalte creaturi să acţioneze şi să se odihnească.

Rânduiala puzderiei de lumi este menţinută de simpla prezenţă a lui Dumnezeu, aşa cum acul se mişcă în faţa unui magnet şi aşa cum piatra lunii emite apă, nuferii înfloresc şi lotusul se închide în prezenţa lunii.

În simpla prezenţă a lui Dumnezeu, care nu are nici urmă de voinţă, fiinţele vii, care sunt angajate în nenumărate activităţi, după ce străbat multe căi spre care sunt atrase conform parcursului determinat de *karma* fiecăreia, realizează în final zădărnicia acţiunii, se întorc la Sine şi dobândesc eliberarea.

Desigur, acţiunile fiinţelor vii nu ajung să-l afecteze pe Dumnezeu, care depăşeşte mintea, aşa cum activităţile lumii

[1] Muruganar, op. cit., vv. 714-16.

nu afectează soarele şi aşa cum calităţile celor patru elemente vizibile [pământ, apă, foc şi aer] nu afectează spaţiul nemărginit[1].

Î: *De ce este* samsara – *creaţia şi manifestarea în formă finită – atât de plină de suferinţă şi de rău?*

R: Este voia lui Dumnezeu!

Î: *De ce vrea Dumnezeu să fie aşa?*

R: Nu putem şti. Acelei puteri nu i se poate atribui vreun motiv – acelei fiinţe infinite, preaînţelepte şi atotputernice nu i se poate atribui nicio dorinţă, niciun ţel de îndeplinit. Dumnezeu este neatins de activităţile care au loc în prezenţa Lui. Compară activităţile soarelui şi ale lumii. Nu are sens să atribuim responsabilitate şi motivaţie unuia înainte de a deveni mulţi[2].

Î: *Totul se întâmplă din voia lui Dumnezeu?*

R: Este imposibil ca cineva să facă ceva contrar poruncii lui Dumnezeu, care are capacitatea de a le face pe toate. Prin urmare, cel mai bine este să rămâi tăcut la picioarele lui Dumnezeu, după ce ai abandonat toate anxietăţile minţii nărăvaşe, inadecvate şi amăgitoare[3].

Î: *Există o fiinţă separată,* Iswara *[Dumnezeu personal], ce recompensează virtutea şi pedepseşte păcatul? Există un Dumnezeu?*

R: Da.

Î: *Cum este el?*

[1] *Ibid.*, vv. 105-9.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 31-2.
[3] Muruganar, *op. cit.*, v. 1191.

R: *Iswara* are individualitate în privinţa minţii şi a corpului, care sunt pieritoare, dar în acelaşi timp, el are ca natură profundă conştiinţa transcendentală şi eliberarea.

Iswara, Dumnezeul personal, creatorul suprem al universului, există cu adevărat, dar numai din punctul de vedere relativ al celor care nu au realizat adevărul, al acelora care cred în realitatea sufletelor individuale. Din perspectiva absolută a înţeleptului, nu se poate accepta nicio altă existenţă decât Sinele impersonal, unu şi lipsit de formă.

Iswara are un corp fizic, o formă şi un nume, dar el nu este atât de grosier ca acest corp material. El poate fi văzut în viziuni în forma creată de către devot. Formele şi numele lui Dumnezeu sunt multe şi diferite, variind de la o religie la alta. Esenţa Lui este aceeaşi ca a noastră, Sinele real care este unic şi fără formă. Prin urmare, formele pe care le ia nu sunt decât simple creaţii sau aparenţe.

Iswara este imanent în fiecare persoană şi în fiecare obiect pe întreg cuprinsul universului. Totalitatea lucrurilor şi fiinţelor îl constituie pe Dumnezeu. Există o putere din care o mică fărâmă a devenit tot acest univers, iar restul este în rezervă. Această putere din rezervă şi puterea manifestată ca lume materială îl alcătuiesc pe *Iswara.*[1]

Î: *Deci, în cele din urmă,* Iswara *nu este real?*

R: Existenţa lui *Iswara* decurge din concepţia noastră despre *Iswara.* Să aflăm mai întâi al cui concept este el. Conceptul va fi doar în funcţie de cel care concepe. Descoperă cine eşti şi celelalte probleme se vor rezolva de la sine[2].

---

[1] P. Brunton, *Conscious Immortality,* pp. 7, 8, 10.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 268.

Iswara, Dumnezeu, creatorul, Dumnezeul personal, este ultima dintre formele ireale ce trebuie să dispară. Doar ființa absolută este reală. Prin urmare, nu doar lumea, nu doar eul, dar și Dumnezeul personal sunt de domeniul irealității. Trebuie să descoperim absolutul – nimic altceva[1].

Î: *Spui că până și cea mai înaltă zeitate este totuși o simplă idee. Înseamnă asta că nu există Dumnezeu?*

R: Nu, există un *Iswara*[2].

Î: *Există el într-un anumit loc sau formă?*

R: Dacă individul este o formă, chiar și Sinele, sursa, care este Domnul, va părea, de asemenea, să fie o formă. Dacă nu ești o formă, deoarece atunci nu poate exista cunoașterea altor lucruri, ar fi, oare, corect să afirmăm că Dumnezeu are o formă? Dumnezeu ia orice formă imaginată de devotul care se gândește constant într-acolo și meditează îndelung. Deși Dumnezeu capătă astfel nenumărate nume, doar conștiința lipsită de formă este cu adevărat Dumnezeu.

În privința sălașului său, Dumnezeu nu locuiește decât în Inimă. Numai iluzia pricinuită de eu, de ideea că „eu sunt corpul", ne face să credem că Împărăția lui Dumnezeu este altundeva. Fii sigur că Inima este Împărăția lui Dumnezeu.

Să știi că tu ești desăvârșit, lumină strălucitoare care nu doar că face posibilă existența Împărăției lui Dumnezeu, dar îi și îngăduie să fie văzută ca un paradis minunat. Să cunoști asta înseamnă *jnana*. Prin urmare, Împărăția lui Dumnezeu este înăuntrul vostru. Spațiul nemărginit al stării *turiyatita* [de dincolo de cele patru stări – Sinele] – care strălucește brusc, în toată plinătatea ei, în inima unui aspirant foarte matur din

[1] P. Brunton, *op. cit.*, pp. 180-1.
[2] *Ibid.*, p. 187.

punct de vedere spiritual în timpul stării de absorbție completă a minții, ca și cum ar fi o experiență cu totul nouă și necunoscută – este adevărata și arareori dobândita *Shiva-loka* [împărăția lui Dumnezeu], care strălucește grație luminii provenite de la Sine[1].

Î: *Se spune că* jiva *[individul] este supus efectelor dăunătoare ale iluziei, precum perspectiva și cunoașterea limitată, în vreme ce* Iswara *are o perspectivă și o cunoaștere atotcuprinzătoare. Se spune, de asemenea, că* jiva *și* Iswara *devin identici dacă individul își abandonează perspectiva și cunoașterea limitate. N-ar trebui ca și* Iswara *să renunțe la caracteristicile lui specifice precum perspectiva și cunoașterea atotcuprinzătoare? Și ele sunt iluzii, nu-i așa?*

R: Asta e îndoiala ta? Mai întâi renunță la propria perspectivă limitată și apoi vei avea destul timp să te gândești la perspectiva și cunoașterea atotcuprinzătoare ale lui *Iswara*. De ce îți faci griji în legătură cu *Iswara*? El își va purta singur de grijă. Nu poate să facă ceea ce facem și noi? De ce să ne facem griji dacă are sau nu o perspectivă și o cunoaștere atotcuprinzătoare? Un lucru într-adevăr minunat este că putem avea grijă de noi înșine[2].

Î: *Știe Dumnezeu totul?*

R: *Vedele* afirmă că Dumnezeu este omniscient doar pentru cei care, în ignoranța lor, se consideră oameni cu o cunoaștere mărginită. Dar dacă omul reușește să se cunoască așa cum este cu adevărat, va descoperi că Dumnezeu nu știe nimic, de-

[1] Muruganar, *op. cit.*, vv. 1098, 1099, 194, 195, 196.
[2] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 148.

oarece natura lui este totalitatea veşnic reală, în afara căreia nu există nimic de cunoscut[1].

Î: *De ce vorbesc religiile despre zei, rai, iad etc.?*

R: Doar pentru a-i face pe oameni să realizeze că sunt pe acelaşi nivel cu lumea aceasta şi că numai Sinele este real. Religiile sunt în conformitate cu punctul de vedere al căutătorului[2].

Î: *Există Vishnu, Shiva etc.?*

R: Sufletele omeneşti individuale nu sunt singurele ființe cunoscute[3].

Î: *Dar regiunile lor sacre,* Kailasa *sau* Vaikuntha, *există ele realmente?*

R: Sunt la fel de reale ca şi tine în acest corp.

Î: *Au ele existență în ordinea fenomenelor, precum corpul meu? Sau sunt ficțiuni, precum cornul unui iepure?*

R: Ele există.

Î: *Dacă este aşa, ele trebuie să fie undeva. Unde sunt ele?*

R: Cei care le-au văzut spun că ele există undeva, aşa că trebuie să acceptăm afirmația lor.

Î: *Unde există ele?*

R: În tine.

Î: *Atunci este vorba doar despre o idee pe care o pot crea şi controla?*

R: Totul este aşa.

Î: *Dar omul poate crea pure ficțiuni, de exemplu cornul unui iepure, sau adevăruri parțiale, de exemplu un miraj, în*

[1] Muruganar, *op. cit.*, v. 930.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 127.
[3] P. Brunton, *op. cit.*, p. 7.

vreme ce există și lucruri ce nu țin de imaginația mea. Iswara *sau* Vishnu *există în acest fel?*

R: Da.

Î: *Este Dumnezeu supus disoluției cosmice [*pralaya[1]*]?*

R: De ce? Conștientizând Sinele, omul transcende disoluția și devine eliberat. De ce nu ar deveni și *Iswara*, care este infinit mai înțelept și mai capabil?

Î: *Îngerii [*deva*] și demonii [*pisacha*] există în același fel?*

R: Da[2].

Î: *Care este statutul acestor zeități în raport cu Sinele?*

R: Shiva, Ganapati și alte zeități precum Brahma există dintr-o perspectivă umană; cu alte cuvinte, dacă îți consideri sinele personal ca fiind real, atunci există și aceste zeități. Așa cum un guvern are înalți oficiali pentru a se ocupa de treburile guvernării, tot așa are și Creatorul. Însă din punctul de vedere al Sinelui toți acești zei sunt iluzorii și trebuie, la rându-le, să se contopească în realitatea unică[3].

Î: *Ori de câte ori îl venerez pe Dumnezeu cu nume și formă, mă gândesc dacă nu cumva greșesc făcând asta, ca și cum aș limita nelimitatul și aș da o formă lipsei de formă. În același timp, când îl venerez pe Dumnezeu lipsit de formă, simt că nu sunt statornic.*

R: Atât timp cât răspunzi la un nume, ce ți s-ar putea reproșa dacă venerezi un Dumnezeu cu nume și formă? Vene-

---

[1] Conform cosmologiei hinduse, întregul univers manifestat este reabsorbit periodic în *Brahman* nemanifestat. Această absorbție este cunoscută ca *pralaya*.

[2] M. Venkataramiah, *op. cit.* pp. 34-5.

[3] P. Brunton, *op. cit.*, p. 186.

rează-l pe Dumnezeu cu sau fără formă până când vei ști cine ești[1].

Î: *Îmi este greu să cred într-un Dumnezeu personal. Practic, îmi este imposibil. Dar pot crede într-un Dumnezeu impersonal, o forță divină care conduce și călăuzește lumea, și mi-ar fi de mare ajutor, chiar în activitatea mea de vindecător, dacă această credință s-ar întări. Aș putea să știu cum să întăresc această credință?*

R: Crezi în lucrurile necunoscute, dar Sinele este cât se poate de clar. Până și cel mai mare egocentric nu-și poate nega propria existență, cu alte cuvinte, nu poate nega Sinele. Poți desemna realitatea ultimă cu orice nume dorești, spunând că tu crezi în ea sau că o iubești, dar cine nu va crede în propria lui existență sau nu se va iubi pe sine însuși? Asta deoarece credința și dragostea sunt natura noastră reală[2].

Î: *Ar trebui să nu-mi fac nicio idee despre Dumnezeu?*

R: Nu poate exista vreun gând despre Dumnezeu conceput de propria minte decât atâta vreme cât în Inimă există alte gânduri. Doar nimicirea acelui gând despre Dumnezeu datorată nimicirii tuturor celorlalte gânduri este gândul negândit, care este adevăratul gând al lui Dumnezeu[3].

---

[1] R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, p. 44.
[2] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 242-3.
[3] Muruganar, *op. cit.*, v. 1207.

CAPITOLUL 20

Suferința și moralitatea

Paradoxurile inerente teoriilor teiste au captivat mințile teologilor și filosofilor occidentali vreme de multe secole. De exemplu, dacă Dumnezeu este perfect, de ce există rău în lume? De ce îngăduie un Dumnezeu omnipotent suferința când El are puterea de a o desființa dintr-o lovitură?

Sri Ramana evită asemenea enigme afirmând că lumea, Dumnezeu și individul care suferă sunt simple invenții ale minții.

> Toate religiile postulează mai întâi trei principii: lumea, sufletul și Dumnezeu. A spune că doar un singur principiu apare ca toate cele trei principiile sau că toate cele trei principii sunt mereu trei principii diferite este posibil doar atâta vreme cât există eul.[1]

În loc să vadă suferința ca pe o consecință a acțiunilor greșite sau ca pe voia lui Dumnezeu, Sri Ramana spunea că ea apare numai deoarece ne imaginăm că suntem indivizi separați care interacționează unul cu altul și cu lumea. El spunea că acțiunile greșite adâncesc suferința, trebuind deci evitate, dar

[1] S. Om (tr.), *„Ulladu Narpadu – Kalivenba"*, *The Mountain Path*, 1981, vol. 18, p. 218.

ele nu sunt cauza ei primă. Această cauză este mintea care creează iluzia separării, mintea fiind cea care suferă consecințele invențiilor sale iluzorii. Prin urmare, suferința este un produs și o consecință a minții care operează diferențieri; când mintea este eliminată, se descoperă că suferința este inexistentă.

Mulți dintre interlocutorii lui Ramana puteau înțelege această idee la nivel individual, dar le era greu să accepte că toată suferința din lume există numai în mintea persoanei care o percepe. Sri Ramana era foarte inflexibil în această privință, spunând adesea că dacă omul realizează Sinele, el va ști că toată suferința, nu doar cea proprie, este inexistentă. Ducând această idee la concluzia ei logică, Sri Ramana spunea deseori că cel mai eficient mod de a elimina suferința altor oameni este să realizezi Sinele.

Acest punct de vedere nu trebuie interpretat în sensul că Sri Ramana își încuraja discipolii să ignore suferința altor oameni. La un nivel mai pragmatic, el spunea că înainte de realizarea Sinelui omul trebuie să accepte realitatea suferinței altora și să acționeze pentru a o alina ori de câte ori o întâlnește. Cu toate acestea, el preciza că asemenea acțiuni de remediere nu vor fi benefice din punct de vedere spiritual decât dacă sunt îndeplinite fără sentimentul că „alți oameni mai puțin norocoși decât mine sunt ajutați" și fără senzația că „eu fac aceste acțiuni".

În general, Sri Ramana nu era prea interesat de ceea ce s-ar cuveni sau nu s-ar cuveni să facă omul în lume. El susținea că toate ideile convenționale despre bine și rău sunt niște judecăți de valoare făcute de minte, iar când mintea încetează să mai existe, ideile legate de bine și de rău dispar și ele. Din această cauză, el nu vorbea decât rareori despre principiile moralității

convenționale, iar ori de câte ori era presat să-și dea cu părerea asupra subiectului, de regulă el evita problema spunând că singura „acțiune corectă" este descoperirea Sinelui.

Î: *Care considerați că este cauza suferinței din lume? Și ce putem face pentru a schimba situația, (a) ca indivizi sau (b) la nivel colectiv?*

R: Realizează adevăratul Sine. Este tot ce trebuie[1].

Î: *În această viață plină de limitări, voi putea realiza vreodată beatitudinea Sinelui?*

R: Acea beatitudine a Sinelui este întotdeauna cu tine și o vei descoperi singur, dacă o vei căuta cu seriozitate. Cauza suferinței tale nu se află în viața din exteriorul tău, ea este în tine ca eu. Tu îți impui limitări ție însuți, iar apoi te lupți zadarnic să le depășești. Toată nefericirea este datorată eului; împreună cu el vin toate necazurile tale. Cu ce te ajută să atribui întâmplărilor din viață cauza suferinței care, de fapt, se află înăuntrul tău? Ce fericire îți pot aduce lucrurile exterioare ție? Când ești fericit, cât timp durează?

Dacă te vei lepăda de eu și îl vei pârjoli ignorându-l, vei fi liber. Dacă îl accepți, îți va impune limitări și te va arunca într-o luptă zadarnică pentru a le depăși. Singurul mod de realizare a beatitudinii care îți este întotdeauna proprie este să fii Sinele care ești cu adevărat[2].

Î: *Dacă nu există nici servitute, nici eliberare, ce rost are să trăim bucurii și tristeți?*

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 120.
[2] T.N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 51-2.

R: Ele par să fie reale numai când omul se îndepărtează de la natura lui adevărată. Ele nu există cu adevărat[1].

Î: *Lumea este creată pentru fericire sau suferință?*

R: Creația nu este nici bună, nici rea; ea este așa cum este. Mintea omenească este cea care îi suprapune tot felul de construcții, văzând lucrurile din propriul unghi și interpretându-le astfel încât să-i slujească propriile interese. O femeie este doar o femeie, dar o minte o numește „mamă", alta „soră", alta „mătușă" și așa mai departe. Bărbații iubesc femeile, urăsc șerpii și sunt indiferenți față de iarba și pietrele de pe marginea drumului. Aceste judecăți de valoare sunt cauza tuturor suferințelor din lume. Creația este ca un smochin indian: păsările vin pentru a-i mânca fructele sau să se adăpostească sub crengile lui; bărbații se răcoresc la umbra lui, dar unii se pot agăța de el. Cu toate acestea, copacul continuă să-și ducă viața liniștită, nepreocupat de și ignorând toate modalitățile în care este utilizat. Mintea omenească este cea care își creează propriile dificultăți și apoi țipă după ajutor. Este Dumnezeu atât de părtinitor pentru a da pace unei persoane și tristețe alteia? În sânul creației este loc pentru de toate, dar omul refuză să vadă binele, pozitivul și frumosul. În schimb, el se plânge încontinuu ca un flămând care stă cu farfuria plină lângă el și care, în loc să întindă mâna pentru a-și potoli foamea, se tot lamentează. „A cui vină e: a lui Dumnezeu sau a omului?"[2]

Î: *Dacă Dumnezeu este totul, de ce suferă individul pentru acțiunile lui? Acțiunile pentru care individul este făcut să sufere nu sunt inițiate de El?*

---

[1] S. Natanananada, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p. 27.
[2] S. Cohen, *Guru Ramana*, pp. 47-8.

R: Cel care crede că El este făptuitorul resimte și suferința.

Î: *Dar acțiunile sunt inițiate de Dumnezeu, iar individul este doar o unealtă.*

R: Această logică este aplicată doar atunci când suferim, dar nu când ne bucurăm. Dacă această convingere prevalează întotdeauna, și suferința va înceta.

Î: *Când va înceta suferința?*

R: Nu înainte ca individualitatea să dispară. Dacă atât acțiunile bune, cât și cele rele sunt ale Lui, de ce să crezi că bucuria și suferința sunt doar ale tale? Cel care face bine sau rău se bucură de plăcere sau suferă de durere. Lasă-le pe amândouă acolo și nu aduce suferința peste tine[1].

Î: *Cum puteți spune că suferința este inexistentă? Eu o văd pretutindeni.*

R: Propria noastră realitate, care strălucește înăuntrul Inimii fiecăruia, este ea însăși oceanul beatitudinii neumbrite. Așadar, precum albastrul inexistent al cerului, suferința nu există în realitate, ci doar în imaginație. Cum propria realitate – soarele cunoașterii de care nu te poți apropia cu întunecata iluzie a ignoranței – strălucește ea însăși ca fericire, suferința nu este nimic altceva decât o iluzie pricinuită de sentimentul ireal al individualității. De fapt, nimeni nu a resimțit așa ceva decât ca urmare a acelei iluzii ireale. Dacă omul își va cerceta cu atenție propriul Sine, care este beatitudine, nu va mai exista deloc suferință în viața lui. Omul suferă din cauza ideii că trupul, care nu este niciodată sinele, este „eu"; suferința nu se datorează decât acestei amăgiri[2].

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 368-9.
[2] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 952-4.

Î: *Sufăr atât sufletește, cât și trupește. Nu am fost fericit de când m-am născut. Din câte am auzit, și mama mea a suferit încă de când m-a conceput. De ce sufăr așa? Nu am păcătuit în această viață. Toate astea sunt datorate păcatelor din viețile trecute?*

R: Spui că sufletul și mintea suferă. Dar pun ele întrebări? Cine este cel care întreabă? Spui că trupul suferă în această viață și întrebi dacă nu cumva cauza suferinței este într-o viață anterioară. Dacă este așa, atunci cauza acelei vieți este cea de dinaintea ei și tot așa. Deci, ca și în cazul seminței și lăstarului, lanțul cauzal nu are sfârșit. Trebuie spus că toate viețile își au cauza primă în ignoranță. Aceeași ignoranță este prezentă chiar și acum, formulând întrebarea de față. Această ignoranță trebuie îndepărtată prin *jnana.*

„De ce și cui i-a revenit această suferință?" Dacă vei întreba în acest fel, vei descoperi că „eul" este separat de minte și corp, că Sinele este singura ființă eternă și că el este veșnică beatitudine. Aceasta este *jnana.*[1]

Î: *Sufăr din cauza grijilor care nu mai contenesc; nu-mi găsesc liniștea, deși nu-mi lipsește nimic pentru a fi fericit.*

R: Aceste griji te tulbură în somn?

Î: *Nu.*

R: Ești același om sau ești altcineva, diferit de cel care a dormit fără nicio grijă?

Î: *Da, sunt aceeași persoană.*

R: Atunci mai mult ca sigur că acele griji nu îți aparțin. Este vina ta dacă presupui că sunt ale tale[2].

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 593-4.
[2] „Who", *Maha Yoga*, p. 192.

Î: *Când suferința ne mâhnește și ne plângem adresându-ne ție prin scrisori sau în mod mintal, prin rugăciune, nu simți ce păcat este că un copil de-ai tăi suferă astfel?*

R: Cine simte așa ceva nu este un *jnani*[1].

Î: *Vedem suferința în lume. Cuiva îi este foame. Asta este o realitate de ordin fizic și, ca atare, este cât se poate de reală pentru el. Trebuie să o considerăm un vis și să rămânem insensibili la suferința lui?*

R: Din punctul de vedere al cunoașterii [*jnana*] sau al realității, suferința despre care vorbești este cu siguranță un vis, ca și lumea din care suferința este o parte infimă. În decursul visului, tu însuți simți că ți-e foame. Îi vezi pe alții că suferă de foame. Te hrănești pe tine însuți și, animat de milă, îi hrănești pe cei pe care-i vezi că suferă de foame. Atâta vreme cât durează visul, toate acele suferințe cauzate de foame sunt tot atât de reale ca întreaga suferință care crezi că există în lume. Numai când te trezești descoperi că durerea din vis era ireală. Poate că ai mâncat pe săturate și te-ai dus la culcare. Visezi că muncești din greu și îndelung în plin soare toată ziua, că ești obosit și flămând și vrei să mănânci mult. Apoi te trezești și descoperi că ai stomacul plin și că nu ai coborât din pat. Dar toate astea nu înseamnă că, atâta vreme cât ești în vis, te poți comporta ca și cum durerea pe care o simți nu este reală. Foamea din vis trebuie alinată de hrana din vis. Semenii flămânzi pe care i-ai întâlnit în vis au trebuit să fie hrăniți în acel vis. Nu poți amesteca cele două stări, visul și veghea. Până când ajungi în stare de *jnana*, trezindu-te din această *maya*, trebuie să te ocupi de asistența socială, alinând suferința ori de câte ori o

[1] D. Mudaliar, *My Reminiscences*, pp. 98-9.

vezi. Dar chiar și atunci trebuie s-o faci, așa cum ni se spune, fără *ahamkara*, adică fără sentimentul că „eu sunt făptuitorul", și cu senzația ca „sunt unealta Domnului". Tot astfel, nu trebuie să te amăgești crezând că „ajut un om inferior mie; el are nevoie de ajutor; poziția mea îmi permite să îl ajut; eu sunt superior, iar el inferior". Ajutorul dat respectivului om trebuie să fie o modalitate de a-l venera pe Dumnezeu în omul acela. Tot acest ajutor este pentru tine Sinele și pentru nimeni altcineva. Nu ajuți pe nimeni altcineva, ci numai pe tine însuți[1].

Î: *În cazul persoanelor care nu sunt capabile de meditații îndelungate, nu este suficient să se implice în ajutorarea celorlalți?*

R: Da, e suficient. Să aibă bunăvoință în inimile lor. Asta ajunge. Binele, Dumnezeu, dragostea, sunt același lucru. Dacă o persoană se gândește neîncetat la oricare dintre acestea, va fi suficient. Orice meditație are ca scop să țină la distanță toate celelalte gânduri[2].

Î: *Deci s-ar cuveni să încercăm să alinăm suferința, chiar dacă știm că, în cele din urmă, ea este inexistentă?*

R: N-a existat niciodată și nici nu va exista o vreme în care toți oamenii să fie la fel de fericiți, bogați, înțelepți sau sănătoși. De fapt, niciunul dintre acești termeni nu are vreun sens decât dacă există antonimul lui. Dar asta nu înseamnă că în clipa când întâlnești pe cineva care este mai puțin fericit sau mai sărac decât tine, nu trebuie să resimți compasiune sau să cauți să-l ajuți cum poți mai bine. Dimpotrivă, trebuie să-i iubești pe toți și să-i ajuți pe toți, deoarece numai în acest fel te poți ajuta pe tine însuți. Când cauți să alini suferința oricărui

[1] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 80-1.
[2] *Ibid.*, p. 286.

seamăn uman sau oricărei creaturi, fie că eforturile tale reuşesc sau nu, tu evoluezi din punct de vedere spiritual, mai ales dacă ajutorul cu pricina este oferit într-o manieră dezinteresată, nu cu sentimentul egocentric că „eu fac asta", ci în spiritul atitudinii „Dumnezeu mă face să fiu mijlocul acestei slujiri; el este făptuitorul, iar eu sunt instrumentul"[1].

Dacă omul ar şti că, de fapt, tot ceea ce dă altora îşi dă numai sie însuşi, cine n-ar fi virtuos făcând nobilul gest de a dărui celorlalţi? Cum fiecare altul este propriul nostru Sine, oricine face orice indiferent cui nu o face decât lui însuşi[2].

Î: *În lume, dezastrele fac ravagii pe scară largă, de exemplu foametea şi epidemiile. Care este cauza acestei stări de lucruri?*

R: În faţa cui apar toate acestea?

Î: *Nu merge aşa. Văd suferinţa pretutindeni.*

R: Nu erai conştient de lume şi de suferinţele ei în timp ce dormeai, dar eşti conştient de ele acum, în stare de veghe. Persistă în acea stare în care nu erai tulburat de ele. Cu alte cuvinte, când nu eşti conştient de lume, suferinţele ei nu te afectează. Când rămâi identic cu Sinele, ca în somn, lumea şi suferinţele ei nu te vor afecta. Deci priveşte înăuntru. Vezi Sinele! Atunci lumea şi suferinţele ei vor înceta.

Î: *Dar asta înseamnă egoism.*

R: Lumea nu este ceva exterior. Deoarece te identifici în mod eronat cu trupul, tu vezi lumea în exterior, iar suferinţa devine vizibilă pentru tine. Dar ele nu sunt reale. Caută realitatea şi debarasează-te de acest sentiment ireal.

Î: *Există personalităţi importante, activişti sociali, care nu pot rezolva problema suferinţei din lume.*

---

[1] D. Mudaliar, 1970, *op. cit.*, pp. 94-5.
[2] Muruganar, *op. cit.*, vv. 807, 808.

R: Ei sunt egocentrici, fapt care le explică neputința. Dacă ei ar rămâne în Sine, ar fi altfel.

Î: *De ce nu ajută sfinții [*mahatma*]?*

R: De unde știi că nu ajută? Discursurile publice, activitatea concretă și ajutorul material sunt mult mai puțin importante în comparație cu tăcerea sfinților [*mahatma*]. Ei realizează mai mult decât alții.

Î: *Ce trebuie să facem pentru a îmbunătăți starea lumii?*

R: Dacă rămâi neatins de suferință, nu va exista suferință nicăieri. Problema vine acum din faptul că vezi lumea ca pe ceva exterior, ceea ce te face să crezi că există suferință acolo. Dar atât lumea, cât și suferința sunt înăuntrul tău. Dacă privești înăuntru, nu va mai fi suferință.

Î: *Dumnezeu este perfect. De ce a creat o lume imperfectă? Opera are aceeași natură ca și autorul ei. Dar aici nu este așa.*

R: Cine anume pune întrebarea?

Î: *Eu, individul.*

R: Ești tu separat de Dumnezeu pentru a pune această întrebare?

Atât timp cât consideri că ești corpul, vezi lumea ca pe ceva exterior și imperfecțiunile îți devin evidente. Dumnezeu este perfecțiune. Și lucrarea Lui este perfecțiune. Dar tu o vezi ca imperfectă din cauza identificării tale greșite.

Î: *De ce s-a manifestat Sinele ca această lume nenorocită?*

R: Pentru ca tu să ai posibilitatea de a-l căuta. Ochii tăi nu se pot vedea pe ei înșiși. Pune o oglindă în fața lor și ei se văd. Tot așa este și cu creația.

„Să te vezi pe tine mai întâi și apoi vei vedea întreaga lume ca Sine."

Î: *Deci totul se reduce la asta – că trebuie să privesc mereu înăuntru.*

R: Da.

Î: *N-ar trebui să văd lumea deloc?*

R: Nu ești învățat să-ți închizi ochii în fața lumii. Trebuie doar „să te vezi pe tine mai întâi și apoi vei vedea întreaga lume ca Sine. Dacă vei considera că ești corpul, lumea ți se va înfățișa ca exterioară. Dacă ești Sinele, lumea ți se înfățișează ca *Brahman*[1].

Î: *Care este cel mai bun mod de a contribui la pacea mondială?*

R: Ce este lumea? Ce este pacea și cine este activistul? Lumea nu există în timp ce dormi și ea alcătuiește o proiecție a minții tale când ești în starea de veghe [*jagrat*]. Așadar, ea nu este decât o idee. Pacea este absența tulburării. Tulburarea este cauzată de ivirea gândurilor în individ, care nu este decât eul ce irumpe din conștiința pură.

Să aduci pacea înseamnă să fii eliberat de gânduri și să rămâi în starea de conștiință pură. Dacă individul își păstrează el însuși pacea interioară, pretutindeni este numai pace.

Î: *Dacă se pune problema să faci un lucru pe care îl consideri greșit, ferind astfel pe altcineva de o greșeală majoră, ar trebui să îl faci sau să te abții?*

R: Ce este bine și ce este greșit? Nu există vreun standard cu ajutorul căruia să putem estima că un anumit lucru este corect, iar altul greșit. Opiniile diferă în funcție de firea individului și în funcție de circumstanțe. Ele sunt iarăși simple idei și nimic mai mult. Nu te preocupa de ele, dar, în schimb,

[1] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 226-8.

debarasează-te de gânduri. Dacă rămâi mereu în ceea ce este drept, atunci dreptatea va prevala în lume[1].

Î: *Conduita corectă nu va fi suficientă pentru a asigura mântuirea?*

R: Mântuirea pentru cine? Cine dorește mântuirea? Și ce este conduita corectă? Ce este conduita? Și ce este corectitudinea? Cine poate judeca ce este corect și ce este greșit? În funcție de tendințele mintale [*samskara*] anterioare, fiecare consideră corect un lucru sau altul. Adevărul despre corectitudine și greșeală poate fi cunoscut numai când este cunoscută realitatea. Cea mai bună cale este să afli cine vrea această mântuire. Conduita corectă pentru toată lumea este să ia urma acestui „cine" sau eu până la sursa lui originară.

Î: *Practica bunei conduite [*nitya karma*] nu va duce la mântuire. În câteva cărți se spune că da.*

R: Așa se spune în cărți. Cine neagă că buna conduită este bună sau că, în cele din urmă, ea te va duce spre țel? Buna conduită sau *sat karma* purifică *citta* sau mintea și îți dă *citta suddhi* [minte pură]. Mintea pură dobândește *jnana*, adică ceea ce se înțelege prin mântuire. Deci, în cele din urmă, trebuie să se ajungă la *jnana*, cu alte cuvinte, trebuie mers pe urmele eului până la sursa lui originară. Dar pentru cei care nu se simt atrași de această investigație, trebuie să spunem că *sat karma* duce la *citta suddhi* și *citta suddhi* va duce la cunoașterea corectă sau *jnana*, iar aceasta, la rându-i, oferă mântuirea[2].

Î: *Cum rămâne cu motivele? Nu sunt importante motivele pentru care acționăm?*

---

[1] *Ibid.*, p. 438.
[2] D. Mudaliar, 1977, *op. cit.*, pp. 304-5.

R: Orice acțiune făcută cu dragoste, puritate virtuoasă și pace sufletească este bună. Orice acțiune contaminată de dorință și cu suflet agitat este considerată rea. Să nu îndeplinești nicio acțiune [*karma*] printr-un mijloc greșit, gândindu-te că este suficient dacă aduce roade bune, deoarece, dacă mijlocul este greșit, chiar și o acțiune bună se va dovedi în cele din urmă a fi rea. Așadar, chiar și mijloacele prin care acționăm trebuie să fie pure[1].

Î: *Sankara spune că suntem cu toții liberi, nu condiționați, și că ne vom întoarce cu toții la Dumnezeu, de unde am venit ca scântei dintr-un foc. Atunci de ce să nu comitem tot felul de păcate?*

R: Este adevărat că nu suntem condiționați și că Sinele real nu cunoaște vreo dependență. Este adevărat că, în cele din urmă, te vei întoarce la sursa ta. Dar, între timp, dacă săvârșești păcate, așa cum le numești, vei fi nevoit să suporți consecințele unor asemenea păcate. Nu le poți evita. Dacă un om te bate, poți spune: „Sunt liber, nu sunt înrobit de aceste bătăi și nu simt nicio durere; n-are decât să mă bată în continuare"? Dacă poți simți așa ceva, poți să faci tot ceea ce-ți place. Ce sens are să spui „sunt liber" doar cu buzele?[2]

Î: *Se spune că întreg universul este un joc divin în planul conștiinței și că totul abundă de* Brahman. *Atunci de ce să spunem că obiceiurile și practicile rele trebuie abandonate?*

R: Să presupunem că există o rană înăuntrul corpului omenesc. Dacă o neglijezi, spunând că este doar o mică parte a corpului, ea provoacă durere întregului corp. Dacă ea nu este vindecată prin tratamentul obișnuit, doctorul trebuie să vină

[1] Muruganar, *op. cit.*, vv. 574, 573.
[2] D. Mudaliar, 1977, *op. cit.*, p. 258.

și să taie partea bolnavă cu un cuțit, îndepărtând impuritățile. Dacă partea bolnavă nu este extirpată, ea va deveni purulentă. Dacă nu o vei bandaja după operație, se va face puroi. Tot așa este și în privința conduitei. Obiceiurile și comportamentele greșite sunt ca o rană în corp. Fiecare boală trebuie tratată corespunzător[1].

Î: *Ar trebui, deci, să adoptăm codurile convenționale de conduită?*

R: Cum regulile prescrise pentru autodisciplinare [*niyama*] sunt de mare ajutor, ele merită să fie acceptate și respectate. Dar dacă vei constata că ele impietează căutarea cunoașterii superioare, abandonează-le imediat, ca fiind deficitare[2].

---

[1] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, pp. 151-2.
[2] Muruganar, *op. cit.*, v. 791.

CAPITOLUL 21

Karma, destinul și liberul-arbitru

Teoria referitoare la *karma* se regăsește în multe religii orientale. În accepțiunea curentă, se vorbește despre existența unui sistem universal de ținere a evidenței în cadrul căruia fiecare individ trebuie să suporte consecințele tuturor acțiunilor sale [*karma*]; acțiunile bune aduc după ele rezultate bune, iar acțiunile rele aduc inevitabil suferință celui care le înfăptuiește. Conform teoriei, consecințele acțiunilor [numite și *karma*] nu sunt resimțite neapărat în viața prezentă, ele putând fi transferate în viețile viitoare. Din această cauză, s-a vorbit despre câteva subdiviziuni ale *karmei*. Următoarea clasificare ce era folosită de Sri Ramana se regăsește în multe școli de gândire hinduse:

1 *Sancita karma.* Rezerva de datorii *karmice* acumulate din nașterile anterioare.

2 *Prarabdha karma.* Acea parte din *sancita karma* care trebuie actualizată în viața prezentă. Întrucât legea *karmei* implică determinismul în sfera activităților umane, termenul *prarabdha* este adesea tradus prin „destin".

3 *Agami karma. Karmă* nouă, acumulată în viața prezentă și care este transferată spre viețile viitoare.

Sri Ramana accepta validitatea legilor *karmice*, dar spunea că ele sunt aplicabile doar atât timp cât cineva îşi imaginează că este separat de Sine. El spunea că, la acest nivel (nivelul unui *ajnani*), indivizii vor trece printr-o serie de activităţi şi experienţe predeterminate, toate nefiind decât consecinţele acţiunilor şi gândurilor anterioare. Sri Ramana afirma uneori că fiecare act şi experienţă din viaţa cuiva sunt determinate la naştere şi că singura libertate pe care o avem este de a realiza că nu există nimeni care să acţioneze şi nimeni care să aibă respectivele experienţe. Cu toate acestea, odată ce realizăm Sinele, nu mai există nimeni care să resimtă consecinţele acţiunilor, astfel că întregul eşafodaj al legilor *karmice* devine superfluu.

Sri Ramana privea legea *karmei* ca pe o manifestare a voinţei lui Dumnezeu. El spunea că, înainte de realizarea Sinelui, există un Dumnezeu personal, *Iswara*, care controlează destinul fiecărei persoane. *Iswara* este cel care a rânduit că fiecare trebuie să suporte consecinţele acţiunilor sale şi tot *Iswara* alege succesiunea de activităţi prin care fiecare trebuie să treacă în fiecare viaţă. Nu poţi scăpa de autoritatea lui *Iswara* atâta vreme cât te mai identifici cu activităţile corpului. Singurul mod de a te elibera de sub această autoritate este să depăşeşti complet *karma*, realizând Sinele.

Î: *Este posibil să depăşeşti, chiar în timp ce trupul există, acea* prarabdha karma *despre care se spune că durează până la dispariţia corpului?*

R: Da. Dacă agentul de care depinde *karma*, adică eul, care s-a ivit undeva între corp și Sine, se contopește în sursa lui, pierzându-și forma, cum poate supraviețui *karma* care depinde de el? Când nu există „eu" nu există *karma*[1].

Î: *Se spune că* prarabdha karma *este doar o mică parte a* karmei *acumulate din viețile anterioare. Este adevărat?*

R: Este posibil ca un om să fi înfăptuit multe acțiuni [*karma*] în viețile lui anterioare. Pentru această viață vor fi alese doar câteva dintre acestea, iar el va trebui să se bucure de roadele lor în viața prezentă. Seamănă cu un spectacol de diapozitive unde proiecționistul alege câteva diapozitive pentru a fi prezentate la spectacol, restul diapozitivelor fiind rezervate altui spectacol. Toată această *karma* poate fi distrusă dobândind cunoașterea Sinelui. Diversele *karme* sunt diapozitivele, ele fiind rezultatul unor experiențe anterioare, iar mintea este proiectorul. Proiectorul trebuie distrus așa încât să nu mai existe reflecție și să nu mai existe nașteri și morți.[2]

Î: *Cine este proiecționistul? Care este mecanismul ce selectează o mică porțiune din* sancita karma *și apoi decide că va fi resimțită ca* prarabdha karma?

R: Indivizii trebuie să suporte consecințele propriilor acțiuni [*karma*], dar *Iswara* reușește să le rânduiască într-o manieră optimă. Dumnezeu orchestrează roadele *karmei*, dar el nu adaugă și nu îndepărtează nimic din ea. Subconștientul omului este depozitul de *karma* bună și rea. *Iswara* alege din acest depozit ceea ce consideră că va înlesni evoluția spiritua-

---

[1] S. Natanananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p. 21.
[2] C. Aiyer, „Quotations from the Maharshi", *The Mountain Path*, 1982, vol. 19, p. 23.

lă în viața fiecărui om, fie experiențe agreabile, fie dureroase. Astfel, nimic nu este arbitrar[1].

Î: *Conform celor pe care le spui în* Upadesa Saram, karma *își aduce roadele prin porunca lui Dumnezeu [*karta*]. Asta înseamnă că noi culegem consecințele* karmice *numai pentru că Dumnezeu vrea să se întâmple așa?*

R: În acest verset, *karta* [Dumnezeu] înseamnă *Iswara*. El este cel care împarte roadele acțiunilor fiecărei persoane în funcție de propria *karmă*. Asta înseamnă că el este manifestarea lui *Brahman*. Adevăratul *Brahman* este nemanifestat și nemișcat. Doar *Brahman* manifestat poartă numele de *Iswara*. El acordă roadele fiecărei persoane în conformitate cu acțiunile [*karma*] ei. Ceea ce înseamnă că *Iswara* este un simplu agent și că el răsplătește în funcție de munca executată. Asta e tot. Fără această *sakti* [putere] a lui *Iswara*, *karma* nu ar exista. Iată de ce se spune despre *karma* că, în sine, este inertă[2].

Î: *Experiențele din prezent sunt rezultatul* karmei *anterioare. Dacă știm greșelile făcute înainte, le putem îndrepta.*

R: Dacă o greșeală este îndreptată, rămâne totuși întreaga *sancita karma* din viețile anterioare, care îți va pricinui nașteri nenumărate. Deci nu asta trebuie făcut. Cu cât retezi din crăci, cu atât vor crește mai puternice. Cu cât îți corectezi *karma*, cu atât se adună mai multă. Află rădăcina *karmei* și reteaz-o[3].

Î: *Teoria* karmei *înseamnă, deci, că lumea este rezultatul acțiunii și reacțiunii? Dacă da, acțiune și reacțiune a ce?*

---

[1] P. Brunton, *Conscious Immortality*, p. 135. Din greșeală, o porțiune a acestui citat nu a apărut în versiunea publicată. Citatul oferit aici este luat direct din manuscrisul cărții.
[2] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 78.
[3] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 470.

R: Până la momentul realizării va exista *karma*, adică acțiune și reacțiune. După realizare nu va mai exista nici *karma*, nici lumea[1].

Î: *Dacă eu nu sunt corpul, de ce sunt responsabil pentru consecințele acțiunilor mele bune și rele?*

R: Dacă nu ești corpul și nu ai ideea că „eu sunt făptuitorul", consecințele acțiunilor tale bune sau rele nu te vor afecta. De ce spui despre acțiunile pe care le săvârșește corpul „eu fac asta" sau „eu am făcut asta"? Atât timp cât te identifici pe tine cu trupul într-un asemenea mod, vei fi afectat de consecințele acțiunilor, cu alte cuvinte, câtă vreme te identifici pe tine cu trupul acumulezi *karmă* bună și rea.

Î: *Dar deoarece eu nu sunt corpul, eu nu sunt cu adevărat responsabil pentru consecințele acțiunilor bune sau rele.*

R: Dacă nu ești, de ce îți bați capul cu această întrebare?[2]

Î: *În unele locuri se spune că efortul omenesc este sursa oricărei puteri și că, prin efort, chiar și* karma *poate fi depășită. Altundeva se spune că totul depinde numai de harul divin. Nu mi-e clar care dintre cele două opinii este adevărată.*

R: Da, unele școli filosofice spun că nu există Dumnezeu în afara acțiunilor [*karma*] provenite din viețile anterioare, *karma* înfăptuită conform scripturilor în viața prezentă fiind cunoscută ca *purushakara* [efort omenesc]. Moștenirea *karmică* din trecut și *karma* prezentă se întâlnesc pentru o luptă frontală precum berbecii, iar cea care este mai slabă este eliminată. Iată de ce oamenii aceștia spun că trebuie să ne intensificăm eforturile [*purushakara*]. Dacă îi întrebi care este originea

[1] *Ibid.*, p. 462.
[2] D. Mudaliar. *Day by Day with Bhagavan*, p. 222.

karmei, spun că această întrebare nu poate fi pusă, ea semănând cu vechea dilemă „Ce a fost mai întâi: oul sau găina?"

Discuțiile de acest fel sunt simple dispute care nu pot ajunge niciodată la adevărul ultim. Iată de ce spun că trebuie să afli mai întâi cine ești. Dacă omul se întreabă „Cine sunt eu? Cum de am dobândit acest neajuns [*dosa*] al vieții?", eul se va retrage și individul va realiza Sinele. Dacă vom întreprinde acest demers așa cum se cuvine, ideea de *dosa* va fi eliminată și se va dobândi pacea. Dar de ce spunem că se va dobândi? Sinele rămâne așa cum este[1].

Esența *karmei* este de a cunoaște adevărul despre sine, întrebându-te: „Cine sunt eu, făptuitorul, care începe să efectueze acțiuni [*karma*]?" Pacea desăvârșită a beatitudinii ultime nu poate fi dobândită decât dacă acela care efectuează acțiunile, eul, este anihilat prin investigare de sine[2].

Î: *Pot oamenii să șteargă consecințele acțiunilor lor greșite prin intonarea de* mantre *sau prin practica* japa *sau ei vor trebui neapărat să le suporte?*

R: Dacă nu există sentimentul că „eu săvârșesc *japa*", acțiunile greșite ale cuiva nu îl vor împovăra. Dacă sentimentul că „eu săvârșesc *japa*" există, consecințele acțiunilor greșite vor persista.

Î: *Meritele acumulate în urma acțiunilor virtuoase [*punya*] nu neutralizează culpele acumulate prin faptele imorale [*papa*]?*

R: Atâta vreme cât există sentimentul că „eu fac", individul trebuie să suporte consecințele propriilor acte, fie acestea bune sau rele. Cum este posibil să ștergi o anumită acțiune printr-o alta? Când dispare sentimentul că „eu fac", nu te mai

[1] S. Nagamma, *op. cit.*, p. 171.
[2] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 703.

afectează nimic. Sentimentul că „eu fac" nu va pieri decât dacă individul ajunge la realizarea Sinelui. Pentru cel ce realizează Sinele nu mai este nevoie de *japa* sau *tapas*. Forța *karmei (prarabdha)* face viața să continue, dar cel care a realizat Sinele nu mai dorește nimic.

Există trei categorii de *prarabdha karma: iccha, anichha* și *parechha* [datorată dorinței personale, ivită fără dorință și datorată dorinței altora]. Pentru cel care a realizat Sinele nu există *iccha-prarabdha*, dar celelalte două tipuri, *anichha* și *parechha*, persistă. Tot ce face un *jnani* este doar pentru ceilalți. Dacă există lucruri pe care el trebuie să le facă pentru alții, le face, dar rezultatele nu-l afectează. Oricare ar fi acțiunile îndeplinite de astfel de oameni, ele nu antrenează merite [*punya*] și culpe [*papa*]. Ele nu fac decât ceea ce se cuvine în conformitate cu standardele acceptate în lume și nimic altceva[1].

Cei care știu că experiențele prin care trebuie să treacă în această viață nu reprezintă decât ceea ce le-a fost deja predestinat în *prarabdha* lor nu vor fi niciodată deranjați de ceea ce au de trăit. Să știi că toate experiențele din viața cuiva îi vor fi impuse chiar dacă le dorește sau nu[2].

Î: *Omul realizat nu mai acumulează* karma. *El nu este condiționat de* karma *lui. De ce să mai rămână în corpul lui?*

R: Cine pune această întrebare: omul realizat sau cel aflat în ignoranță [*ajnani*]? De ce să-ți bați capul cu ce face un *jnani* sau de ce face ceea ce face? Ai grijă de tine însuți. Acum ai impresia că ești corpul și, prin urmare, crezi că și un *jnani* are un corp. Spune el că are un corp? S-ar putea să ți se pară că are un corp, așa cum s-ar putea să ți se pară că face anumite

[1] S. Nagamma, *op. cit.*, p. 65.
[2] Muruganar, *op. cit.*, v. 150.

lucruri cu trupul, așa cum fac alții, dar el însuși știe că este lipsit de corp. O frânghie arsă încă arată ca o frânghie, dar ea nu poate sluji ca frânghie dacă încerci să legi ceva cu ea. Un *jnani* este astfel – s-ar putea ca el să arate ca alți oameni, dar asta nu este decât o aparență exterioară. Atâta vreme cât te identifici cu trupul, asemenea lucruri sunt greu de înțeles. Iată de ce uneori se spune, ca răspuns la astfel de întrebări, că „trupul unui *jnani* va dăinui până când forța *karmică* (*prarabdha*) se epuizează, iar după ce *prarabdha* se epuizează, el va dispărea". Pentru a înțelege această situație, ne putem folosi de imaginea unei săgeți deja lansate care își va continua zborul și își va atinge ținta. Dar adevărul este că un *jnani* a depășit toate tipurile de *karma*, inclusiv *prarabdha karma*, el nefiind limitat de corp sau de zestrea lui *karmică*[1].

Nu există nici măcar o iotă de *prarabdha* pentru cei care se află neîncetat în acel spațiu de conștiință care strălucește mereu ca „eu sunt", care nu este mărginit în vastitatea spațiului fizic și care pătrunde pretutindeni fără niciun fel de limitări. Tocmai asta este semnificația vechiului proverb care spune că „nu există soartă pentru cei care dobândesc sau cunosc cerurile"[2].

Î: *Dacă am parte de ceva fără a plănui să-l obțin și fără să mă străduiesc pentru el, nu vor exista consecințe nocive de pe urma acelui lucru?*

R: Nu este așa. Fiecare acțiune trebuie să aibă consecințe. Dacă îți iese ceva în cale din cauza *karmei* de tip *prarabdha*, nu ai ce-i face. Dacă primești ceea ce îți vine în cale, fără vreun atașament special, fără a dori mai mult, lucrul acela nu te va

[1] D. Mudaliar, *op. cit.*, pp. 295-6.
[2] Muruganar, *op. cit.*, v. 697.

afecta, conducând la nașteri viitoare. Pe de altă parte, dacă te bucuri de acel lucru cu un atașament puternic, dorind firește mai mult, această atitudine va duce inevitabil la noi și noi nașteri[1].

Î: *Astrologia face predicții legate de evenimentele viitoare, luând în considerare influența stelelor. Este astrologia adevărată?*

R: Atâta vreme cât ești egocentric, toate acestea sunt adevărate. Când egocentrismul este distrus, toate acestea sunt neadevărate.

Î: *Înseamnă, deci, că astrologia nu este adevărată în cazul celor al căror egocentrism a fost distrus?*

R: Cine a rămas pentru a spune că nu va fi adevărată? Va exista vedere numai dacă există cel care vede. În cazul celor al căror egocentrism este distrus, chiar dacă ei par că văd, ei, de fapt, nu văd[2].

Destinul este rezultatul acțiunii trecute. El privește corpul. Lasă corpul să acționeze așa cum îi convine. De ce să te preocupe corpul? Dacă se întâmplă ceva, se întâmplă ca rezultat al acțiunilor noastre din trecut, al voinței divine sau al altor factori[3].

Î: *Se spune că prezentul este datorat* karmei *trecute. Putem depăși* karma *trecută prin liberul nostru arbitru în prezent?*

R: Vezi ce este prezentul. Dacă faci asta, vei înțelege ce este afectat de sau ce are un trecut sau un viitor, ce este întot-

[1] D. Mudaliar, *My Reminiscences*, p. 63.
[2] S. Nagamma, *op. cit.*, pp. 347-8.
[3] M. Venkataramiah, *op. cit.*, pp. 159-60.

deauna prezent și întotdeauna liber și ce rămâne neafectat de trecut sau viitor sau de vreo *karma* din trecut[1].

Î: *Există ceea ce se numește liber-arbitru?*

R: A cui voință o reprezintă el? Atâta vreme cât există sentimentul făptuirii, există sentimentul plăcerii și al voinței individuale. Dar dacă acest sentiment dispare prin practica *vichara*, voința divină va acționa, dirijând cursul evenimentelor. Soarta este depășită prin *jnana*, cunoașterea Sinelui, care este dincolo de voință și soartă[2].

Î: *Pot înțelege că toate elementele majore din viața unui om, precum țara, naționalitatea, familia, cariera sau profesiunea, căsătoria, moartea etc. sunt predeterminate de* karma *lui, dar este cu putință ca toate amănuntele vieții sale, până la cele mai neînsemnate, să fi fost deja hotărâte? Acum, de exemplu, eu pun aici pe podea acest evantai pe care îl am în mână. Este cu putință să fi fost deja hotărât că în ziua cutare, la ora cutare, eu voi mișca evantaiul așa și îl voi pune aici, pe podea?*

R: Desigur. Tot ce are de făcut acest corp și toate experiențele prin care trebuie să treacă au fost deja stabilite când el s-a născut.

Î: *Atunci cum rămâne cu libertatea și responsabilitatea omului pentru acțiunile sale?*

R: Singura libertate pe care o are omul este de a se strădui să obțină și de a dobândi *jnana*, care îi va permite să nu se identifice pe sine cu trupul. Trupul va trece printr-o serie de acțiuni inevitabile în conformitate cu *prarabdha*, iar omul este liber să se identifice cu trupul și să fie atașat de roadele acți-

---

[1] D. Mudaliar, 1977, *op. cit.*, p. 75.
[2] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 50.

unilor sale sau să fie detașat de corp și să rămână un simplu martor al activităților sale[1].

Î: *Deci liberul-arbitru este o ficțiune?*

R: Liberul-arbitru își menține poziția laolaltă cu individualitatea. Atât timp cât va dăinui individualitatea, va exista liber-arbitru. Toate scrierile sacre pornesc de la această premisă și dau sfaturi liberului-arbitru, călăuzindu-l pe calea cea bună.

Descoperă pentru cine contează liberul-arbitru sau destinul. Descoperă de unde provin ele și rămâi în izvorul lor. Dacă vei face acest lucru, amândouă vor fi depășite. Iată singurul scop pentru care se discută aceste probleme. Pentru cine se ivesc aceste probleme? Află și fii liniștit[2].

Î: *Dacă se întâmplă ceea ce este menit să se întâmple, mai are vreun rost să ne rugăm și să ne străduim sau ar trebui să rămânem inactivi?*

R: Există două modalități de a birui destinul sau de a nu mai fi dependent de el. Una este de a investiga pentru cine este acest destin și de a descoperi că numai eul este condiționat de destin, nu și Sinele, și că eul este inexistent. Cealaltă modalitate este de a ucide eul abandonându-te complet Domnului, dându-ți seama de propria neputință și spunând mereu „Nu eu, ci tu, O, Doamne", renunțând complet la orice sentiment legat de „eu" și „al meu" și lăsându-l pe Dumnezeu să facă ce poftește cu tine. Abandonul nu poate fi complet atâta vreme cât devotul vrea una sau alta de la Dumnezeu. Adevărata capitulare este dragostea de Dumnezeu pentru însăși această

[1] D. Mudaliar, 1977, *op. cit.*, pp. 90-1.
[2] M. Venkataramiah, *op. cit.*, p. 393.

dragoste și pentru nimic altceva, nici măcar pentru a dobândi eliberarea. Cu alte cuvinte, pentru a birui destinul este necesară o eliminare completă a eului, indiferent dacă obții această eliminare prin investigare de sine sau prin *bhakti marga*[1].

[1] D. Mudaliar, 1977, *op. cit.*, p. 230.

Glosar

advaita	Nondualitate: de asemenea, o subdiviziune a sistemului filosofic *vedanta*.
ahamkara	Eul.
aham-vritti	ideea de „eu”.
ajapa	repetiția nerostită și involuntară a numelui lui Dumnezeu.
ajata	Noncauzalitate: vezi introducerea la capitolul 21.
ajnana	Ignoranță, contrariul lui *jnana*.
ajnani	Cel care nu a realizat Sinele.
ananda	Beatitudine.
Aparoksha Anubhuti	O lucrare despre realizarea Sinelui atribuită lui Sankara.
Arjuna	Cel ce primește învățăturile lui Krishna în *Bhagavat Gita*.
Arunachala	Muntele sacru din sudul Indiei unde Sri Ramana și-a petrecut toată viața adultă.
asana	Postură sau loc: vezi introducerea la capitolul 13.
atman	Sinele.
atma-vichara	Investigarea de sine.

avidya	Ignoranţă.
Bhagavad Gita	O parte a epopeii *Mahabharata* în care Krishna, o incarnare a lui Vishnu, îi dă sfaturi lui Arjuna.
Bhagavata	Numit şi *Bhagavatam;* un text puranic referitor la viața și învățăturile lui Krishna.
bhakta	devot.
bhakti	devoţiune.
Blavatsky, H. P.	Ocultistă rusă, fondatoarea teosofiei.
Brahma	Zeul hindus care este creatorul universului, el este una dintre cele trei zeități principale din hinduism.
Brahma-jnana	Cunoaşterea lui *Brahman.*
Brahman	Absolutul impersonal în tradiţia hindusă.
Brindavan	Un loc din nordul Indiei unde a locuit pe vremuri Krishna.
Chaitanya	Un sfânt hindus din secolul al XVI-lea, bine cunoscut pentru devoţiunea sa faţă de Krishna.
Chakra	Centru subtil din corp: vezi introducerea la capitolul 13.
Cit	conştiinţă.
Courtallam	Un mic oraş din sudul Indiei.
Dattatreya	Un înțelept menționat în câteva *purane*; nu se ştiu prea multe în legătură cu perioada sau locul în care a trăit, dar îi este atribuită lucrarea *Avadhuta Gita*, de factură *advaitică.*
dehatma buddhi	ideea că „eu sunt corpul".
dhyana	Meditaţie.

diksha	Iniţiere.
Ganapati	Un zeu hindus cu cap de elefant şi corp de om; el este fiul lui Shiva.
Ganesa	Vezi Ganapati.
Gaudapada	Maestrul spiritual al maestrului (Guru) lui Sankara, unul dintre primii exponenţi ai teoriei *ajata* şi autor al unui comentariu (*karika*) faimos pe marginea textului *Mandukya Upanishad.*
gayatri	Cea mai faimoasă *mantră* vedică: „Fie ca acel [Zeu] vrednic de adoraţie şi strălucitor să ne lumineze pe noi care meditām asupra lui".
Gita	Vezi *Bhagavad Gita.*
guna	Cele trei calităţi ale oricărei manifestări – *sattva, rajas* şi *tamas;* vezi introducerea la capitolul 12.
Iswara	Zeul personal suprem al hinduismului.
Janaka	Un rege indian; putem găsi o relatare despre cum a dobândit el realizarea Sinelui în *Ashtavakra Gita.*
japa	Înseamnă literalmente „murmur", dar, ca o formă prescurtată de *nama-japa,* ea desemnează repetiţia numelui lui Dumnezeu.
jivan mukta	Cel care este eliberat din timpul vieţii.
jivan mukti	Eliberarea din timpul vieţii.
jnana	Cunoaştere a Sinelui: vezi introducerea la capitolul 1.
jnana drishti	Viziunea cunoaşterii.

jnani	Cel care a realizat Sinele.
Kailasa	Un munte sacru din Himalaya unde se spune că sălășluiește Shiva.
kaivalya	stare de unitate.
Kaivalya	Text despre *advaita* în limba tamilă, al cărui titlu complet este *Kaivalya Navaneeta.*
karika	Vezi Gaudapada.
karma	Există trei semnificații principale: (1) acțiune, (2) consecințe ale acțiunilor, (3) destin: vezi introducerea la capitolul 21.
Kaurava	O familie din Mahabharata ai cărei membri erau principalii adversari ai Pandavilor; Arjuna era unul dintre Pandavi, Kauravii fiind nimiciți cu ajutorul lui Krishna.
Kevala	Unitate.
Krishna	O încarnare (*avatara*) a lui Vishnu.
kundalini	Putere yoghină: vezi introducerea la capitolul 13.
laya	Înseamnă, literalmente, „disoluție", dar când termenul este folosit de Sri Ramana se referă la o stare de transă în care mintea este într-o suspensie temporară.
lila	Jocul lui Dumnezeu.
Maha Yoga	O carte despre învățăturile lui Sri Ramana; vezi bibliografia.
mahatma	Suflet mare, om mare sau sfânt.
mahavakya	Termenul înseamnă literalmente „enunțuri importante"; el se referă mai precis la patru citate din *Upanișade* care afirmă realitatea Sinelui: (1) „Tu ești Acela", (2)

	„Eu sunt *Brahman*", (3) „Acest Sine este *Brahman*", (4) „*Prajnana* (conștiința) este *Brahman*".
Malayalam	Una dintre limbile aborigene din sudul Indiei.
Mandukya Upanishad	Una dintre principalele *Upanișade.*
Mantra	Cuvinte sacre date unui discipol de către un Guru; vezi introducerea la capitolul 8.
maya	Iluzie.
moksha	Eliberare.
mauna	Tăcere.
mukta	Cei eliberați.
mukti	Eliberare.
nirvikalpa	Lipsa diferențelor; *nirvikalpa samadhi* este starea de *samadhi* în care nu se percep niciun fel de diferențe: vezi introducerea la capitolul 14.
Panchadasi	O lucrare din secolul al XIV-lea despre *advaita vedanta.*
Papa	Păcat sau consecințe rele ale unor acțiuni rele.
Parabrahman	Supremul *Brahman.*
Patanjali	Autorul *Yoga Sutrelor* și fondatorul *raja yoga.*
Prana	Energia vitală care menține funcționarea corpului.
pranava	Mantra „om".
punya	Merit dobândit în urma faptelor bune.

Purusha Sukta — O porţiune din *Rig Veda; Rig Veda* este cel mai vechi text sacru hindus.

raja yoga — Un sistem de yoga descris de Patanjali: *raja* înseamnă „regal".

rajas — Activitate.

Ramakrishna — Un sfânt bengalez din secolul al XIX-lea.

Ramanasramam — Ashramul care s-a dezvoltat în jurul lui Sri Ramana.

Sadhaka — Termenul apare şi ca *sadhak:* un căutător spiritual.

Sadhana — În traducere literală, „mijloace", dar într-o accepţiune mai generală, acest termen desemnează „practica spirituală".

Sadhana Panchakam — O lucrare atribuită lui Sanlara care oferă sfaturi căutătorilor spirituali.

sadhu — O persoană nobilă sau un căutător spiritual. Sri Ramana folosea însă acest termen referindu-se la cineva care a realizat Sinele.

sahaja — Natural.

sakti — Putere.

samadhi — În accepţiunea dată de Sri Ramana, termenul se referă la o stare în care individul are experienţa nemijlocită a Sinelui; vezi introducerea la capitolul 14.

samskara — Tendinţe înnăscute.

Sankara	Numit și Sankaracharya: reformator religios și filosof din secolul al VIII-lea. El a fost primul care a popularizat învățăturile *advaita vedanta*.
Sastra	Scriptură.
sat	Ființă.
sat-cit-ananda	Ființă-conștiință-beatitudine.
sat-sanga	Însoțire cu ființa sau, mai degrabă, faptul de a te afla în prezența cuiva care a realizat Sinele.
sattvic	Pur.
savikalpa	În traducere literală, „cu diferențe": Sri Ramana folosea termenul pentru a se referi la un nivel de *samadhi* pe care individul îl menținea printr-un efort constant. Vezi introducerea la capitolul 14.
Shirdi Sai Baba	Un maestru spiritual excentric și charismatic, celebru pentru puterile sale supranaturale. Mort în 1918.
siddhis	Puteri supranaturale.
Shiva	Una dintre cele trei principale zeități hinduse. Sri Ramana folosea acest cuvânt și ca un sinonim pentru Sine.
sloka	Un verset dintr-o scriptură sanscrită.
Societatea Teosofică	O societate înființată de E. P. Blavatsky în secolul al XIX-lea pentru a cerceta forțele latente din om și a promova fraternitatea universală.
soham	Afirmația „Eu sunt Acela".

sushumna	Un canal subtil în coloana vertebrală: vezi introducerea la capitolul 13.
swarupa	Forma sau natura reală.
Swarupanand	Un guru tamil din secolul al XVII-lea.
Tamas	Inerție sau vâscozitate.
tamilă	O limbă din sudul Indiei, limba maternă a lui Sri Ramana.
tapas	De regulă, termenul desemnează o meditație legată de practica negării sinelui personal sau a mortificării corporale. Cu toate acestea, *tapas* are multe alte semnificații, precum penitență, nevoință ascetică și căldură.
Tattvaraya	Un discipol al lui Swarupanand, un Guru tamil din secolul al XVII-lea, autor al câtorva tratate filosofice în limba tamilă.
Tiruvannamalai	Un oraș situat la aproximativ 1,5 km de ashramul lui Sri Ramana.
turiya	Cea de-a patra stare.
turiyatita	Depășirea celei de-a patra stări.
upadesa	Învățături.
Upadesa Saram	Un poem de 30 de versuri, scris în sanscrită de Sri Ramana.
Upanișade	Părțile finale ale *Vedelor* (scripturile cu cea mai mare autoritate în tradiția hindusă). *Upanișadele* sunt textele care au inspirat întreaga filosofie *vedanta*.
vada	Teorie.
Vaikuntha	Paradisul lui Vishnu.
vasana	Tendință mintală.

vedanta	O filosofie metafizică ce provine din textele *Upanişadelor.*
Vede	Patru corpusuri scripturare datând din perioada 200 î. H.–500 î.H. care reprezintă cea mai înaltă sursă de autoritate pentru majoritatea hinduşilor.
Vellore	Un oraş situat la aproximativ 75 km nord de ashramul lui Sri Ramana.
vichara	Investigarea de sine.
videha mukti	Eliberat în momentul morţii.
Vidyaranya	Autorul tratatului *Panchadasi,* o lucrare din secolul al XIV-lea despre filosofia *advaita.*
Vishnu	Una dintre principalele trei zeităţi hinduse. Vishnu se reincarnează periodic într-un corp omenesc.
Vivekachudamani	Un tratat despre filosofia *advaita* atribuit lui Sankara. În prezent, cei mai mulţi specialişti cred că el a fost scris cu cel puţin 200 de ani după moartea sa.
vritti	Modificare, de regulă o modificare mintală.
Who am I? (Cine sunt eu?)	Una dintre primele scrieri ale lui Sri Ramana care a avut la bază nişte răspunsuri date în 1901.
Yama	Zeul hindus al morţii.
Yoga Sastra	Texte sacre referitoare la Yoga.
Yoga Vasishtha	Un text de factură *advaita* atribuit lui Valmiki în care înţeleptul Vasishtha răspunde

la întrebările puse de Rama, un avatar al lui Vishnu.

yugapat-srishti Creație instantanee.

Bibliografie

Abhishiktananda (1979), *The Secret of Arunachala*, New Delhi, ISPCK.

Aiyer, C. S. (1982), „Quotations from the Maharshi", The Mountain Path vol.19, p. 23.

Brunton, P. (1980), *A Search in Secret India*, Bombay, BI Publications.

Brunton, P. (1984), *Conscious Immortality*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.

Cohen, S. (1980), *Guru Ramana*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.

Madhavatirtha, S. (1980), „Conversations with the Maharshi", *The Mountain Path*, vol.17, p. 211.

Madhavatirtha, S. (1981), „Conversations with Bhagavan", *The Mountain Path*, vol. 18, pp. 153–5.

Mudaliar, D. (1970), *My Reminiscences*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.

Mudaliar, D. (1977), *Day by Day with Bhagavan*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.

Muni, G. (1977), *Sri Ramana Gita*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.

Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, traducere nepublicată de Sadhu Om, Tiruvannamalai.

Nagamma, S. (1973), *Letters from Sri Ramanasramam*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.

Natanananda, S. (1974), *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.

Om, S. (1980), *Guru Vachaka Kovai (Urai)*, New Delhi, Sri Ramana Kendra.

Om, S. (1981a), *The Path of Sri Ramana, Part One*, Varkala, Kerala, Sri Ramana Kshetra.

Om, S. (1981b), „Ulladu Narpadu – Kalivenba", The Mountain Path, vo1.18, pp. 217–22.

Om, S. (tr.), „The Original Writings of Sri Ramana", traducere nepublicată.

Osborne, A. (ed.) (1972), The *Collected Works of Ramana Maharshi*, London, Rider and Company.

Osborne, A. (1979), *Ramana Maharshi and the Path of Self Knowledge*, Bombay, BI Publications.

Sastri, K. (1975), *Sat-Darshana Bhashya*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.

Spenser, M. (1982), „Sri Bhagavan's letter to Ganapati Muni", *The Mountain Path*, vol. 19, pp. 95–101.

Swamagiri, R. (1981), *Crumbs from his Table*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.

Venkataraman, T.N. (pub.) (1979), *Maharshi's Gospel*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.

Venkataramiah, M. (comp.) (1978), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.

„Who" (1973), *Maha Yoga*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.

Cuprins

Titluri din colecția
RAMANA MAHARSHI

RAMANA MAHARSHI
Cine sunt eu?

*

RAMANA MAHARSHI
Imortalitate conștientă –
Convorbiri înregistrate

*

RAMANA MAHARSHI
Calea cunoașterii supreme

*

RAMANA MAHARSHI
Opere complete

*

DAVID GODMAN
Trăind după cuvintele lui Ramana

*

RAMANA MAHARSHI
Înțeleptul de la Arunachala.
Convorbiri cu Sri Ramana Maharshi

Colecția
RAMANA MAHARSHI

Învățăturile simple, dar puternice ale lui Sri Ramana Maharshi, unul dintre cei mai apreciați maeștri spirituali indieni, continuă să ne lumineze cu aceeași intensitate și astăzi, la peste 60 de ani de la moartea sa.

Fii ceea ce ești reprezintă cea mai complexă și completă colecție de învățături ale sale, și a fost editată de fostul bibliotecar al ashramului lui Sri Ramana, aflat la poalele sfântului munte Arunchala. Această carte reunește conversații cu diferiți căutători care au venit la ashram pentru îndrumare, Bhagavan răspunzându-le la întrebările ce apar pe drumul spre iluminare.

Prin intermediul acestei cărți putem descoperi esența învățăturii lui Sri Ramana, și anume că realizarea Sinelui reprezintă căutarea vitală pe care trebuie să o urmăm înainte de a putea spera că vom înțelege lumea.

•

„Tu ești conștiință. Conștiința nu este decât un alt nume pentru tine. Deoarece ești conștiință, nu este nevoie să o dobândești ori să o cultivi. Tot ceea ce trebuie să faci este să nu-ți mai îndrepți atenția spre alte lucruri, adică spre non-Sine. Dacă nu mai ești atent la ele, atunci rămâne doar percepția pură, iar ea este Sinele."

Sri Ramana Maharshi

EDITURA HERALD

ISBN: 978-630-6550-49-4



5 948417 410126